جـامعة الجـزائـر 2

كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية

قسم علم النفس وعلوم التربية والأرطوفونيا

الموضـوع

قلق المستقبل لدى الفتاة العانس وعلاقته بالتوافق النفسي الاجتماعي

-دراسة ميدانية-

رسالة مقدمة لنيل شهادة الماجستير في علم النفس تخصص الإرشاد والصحة النفسية.

إعداد الطالبة :

حسين ذهبية

إشراف :

الدكتورة/ أيت حمودة حكيمة

السنة الجامعية 2011-2012

ملخص البحث

هدف البحث الحالي إلى دراسة آثار العنوسة و انعكاساتها على الصحة النفسية للفتاة ولاسيما ظهور قلق المستقبل و مدى تأثير هذا الأخير على توافقها النفسي و ذلك في ضوء متغيرات السن، الوضعية المهنية و المستوى التعليمي. شملت عينة البحث على 103 فتاة عازبة، وقد استخدمت الباحثة المنهج الوصفي مستعينة في ذلك بمجموعة من أدوات القياس تمثلت أساسا في: استبيان من إعداد الباحثة، مقياس التوافق النفسي و مقياس قلق المستقبل ، و قد تمت معالجة البيانات باستخدام برنامج SPSS بالاعتماد على الأساليب الاحصائية التالية: المتوسط الحسابي، الانحراف المعياري، تحليل التباين الأحادي، معامل الارتباط برسون، و اختبار ت. و من خلال اختبار الفروض التالية:

- مستوى قلق المستقبل لدى الفتاة العانس مرتفع.
- توجد فروق دالة إحصائيا بين متوسطات درجات الفتيات العوانس على مقياس قلق المستقبل وفقا لمتغير السن.
- توجد فروق دالة إحصائيا بين متوسطات درجات الفتيات العوانس على مقياس قلق المستقبل وفقا لمتغير الوضعية المهنية.
- توجد فروق دالة إحصائيا بين متوسطات درجات الفتيات العوانس على مقياس قلق المستقبل وفقا لمتغير المستوى التعليمي.
- مستوى التوافق النفسي لدى الفتاة العانس منخفض.
- توجد فروق دالة إحصائيا بين متوسطات درجات الفتيات العوانس على مقياس التوافق النفسي وفقا لمتغير السن.
- توجد فروق دالة إحصائيا بين متوسطات درجات الفتيات العوانس على مقياس التوافق النفسي وفقا لمتغير الوضعية المهنية.
- توجد فروق دالة إحصائيا بين متوسطات درجات الفتيات العوانس على مقياس التوافق النفسي وفقا لمتغير المستوى التعليمي.
- هناك ارتباط سالب و دال بين درجة قلق المستقبل و مستوى التوافق النفسي لدى الفتاة العانس.

توصلت الباحثة إلى النتائج التالية:

- عدم وجود فروق بين المتوسط الحسابي لأفراد العينة و المتوسط الفرضي للمقياس مما يشير إلى أن مستوى قلق المستقبل لدى أفراد العينة متوسط و ليس مرتفعا.
- توجد فروق دالة إحصائيا بين متوسطات درجات الفتيات العوانس على مقياس قلق المستقبل وفقا لمتغير السن.
- لا توجد فروق دالة إحصائيا بين متوسطات درجات الفتيات العوانس على مقياس قلق المستقبل وفقا لمتغير الوضعية المهنية.
- توجد فروق دالة إحصائيا بين متوسطات درجات الفتيات العوانس على مقياس قلق المستقبل وفقا لمتغير المستوى التعليمي.
- وجود فروق دالة بين متوسط التوافق النفسي لدى أفراد العينة و المتوسط الفرضي للمقياس، مما يدل على ارتفاع مستوى التوافق النفسي لدى أفراد العينة.
- توجد فروق دالة إحصائيا بين متوسطات درجات الفتيات العوانس على مقياس التوافق النفسي وفقا لمتغير السن.
- لا توجد فروق دالة إحصائيا بين متوسطات درجات الفتيات العوانس على مقياس التوافق النفسي وفقا لمتغير الوضعية المهنية.
- توجد فروق دالة إحصائيا بين متوسطات درجات الفتيات العوانس على مقياس التوافق النفسي وفقا لمتغير المستوى التعليمي.
- هناك ارتباط سالب و دال بين درجة قلق المستقبل و مستوى التوافق النفسي لدى الفتاة العانس.

Résumé

Le célibat féminin est devenu depuis les années 90 un véritable fait de société, car il touche aujourd'hui dans notre pays près de la moitié des femmes ayant atteint l'âge du mariage, et ce phénomène n'est pas spécifique à l'Algérie mais c'est tous les pays arabes qui sont concernés.

Comme le célibat est un état contraire à la nature humaine surtout dans une société qui ne permet pas la vie en couple aux hommes et aux femmes en dehors du mariage, et comme il ne constitue pas seulement une situation incommodante pour celles qui sont contraintes de vivre seuls, mais il est également un problème pour leurs proches et pour toute la société, nous avons essayé par cette recherche d'étudier les répercutions du célibat sur le psychisme de la jeune fille notamment son degré d'adaptation psychique et la surgie de l'anxiété du future et cela selon les paramètres de l'âge ({30 – 35{, {35 – 40{, { 40 et plus {) , situation professionnelle (travailleuse – chômeuse), niveau scolaire (illettrée, primaire, moyen, secondaire, universitaire).

Cette recherche a essayé da tester les hypothèses suivantes :

- Le niveau de l'anxiété de future est élevé chez les jeunes filles célibataires.
- Il existe des différences à signification statistique entre les jeunes filles célibataires dans le niveau de l'anxiété de future liées à l'âge.
- Il existe des différences à signification statistique entre les jeunes filles célibataires dans le niveau de l'anxiété de future liées à la situation professionnelle.
- Il existe des différences à signification statistique entre **les** jeunes filles célibataires dans le niveau de l'anxiété de future liées au niveau scolaire.
- Le niveau d'adaptation psychique chez les jeunes filles célibataires est bas.
- Il existe des différences à signification statistique entre les jeunes filles célibataires dans le niveau d'adaptation psychique liées à l'âge.

- Il existe des différences à signification statistique entre les jeunes filles célibataires dans le niveau d'adaptation psychique liées à la situation professionnelle.
- Il existe des différences à signification statistique entre les jeunes filles célibataires dans le niveau d'adaptation psychique liées au niveau scolaire.
- Elle existe une relation négative à signification statistique entre le niveau d'anxiété de future et le niveau d'adaptation psychique chez les jeunes filles célibataires.

L'échantillon de cette étude a renfermé 103 filles célibataires de déférentes régions de la wilaya de tizi ouzou.

Dans cette recherche on s'est basé sur la méthode descriptive qui étudie le phénomène et le décrit d'une manière qualitative et quantitative.

Afin de réaliser les objectifs de cette étude nous avons élaboré un questionnaire sur le thème du célibat à partir de la discipline éducative et les études précédentes sur le thème. En plus du questionnaire nous avons utilisé deux autres testes qui sont :

- Le teste d'anxiété de future élaboré par Zineb mahmoud chakir.

Le teste d'adaptation psychique élaboré aussi par Zineb mahmoud chakir.

Les résultat de l'étude ont dégagé ce qui suit :

- Le niveau de l'anxiété de future chez les jeunes filles célibataires n'est pas élevé, autrement dit les jeunes filles célibataires ne souffrent pas de l'anxiété de future.
- Il existe des différences à signification statistique entre les jeunes filles célibataires dans le niveau de l'anxiété de future liées à l'âge.
- Il n'existe pas de différences à signification statistique entre les jeunes filles célibataires dans le niveau de l'anxiété de future liées à la situation professionnelle.

- Il existe des différences à signification statistique entre les jeunes filles célibataires dans le niveau de l'anxiété de future liées au niveau scolaire.
- Le niveau d'adaptation psychique chez les jeunes filles célibataires est élevé.
- Il existe des différences à signification statistique entre les jeunes filles célibataires dans le niveau d'adaptation psychique liées à l'âge.
- Il n'existe pas de différences à signification statistique entre les jeunes filles célibataires dans le niveau d'adaptation psychique liées à la situation professionnelle.
- Il existe des différences à signification statistique entre les jeunes filles célibataires dans le niveau d'adaptation psychique liées au niveau scolaire.

Les résultats ont également montré qu'il ya une relation négative à signification statistique entre le niveau d'anxiété de future et le niveau d'adaptation psychique chez les jeunes filles célibataires.

On se basant sur les résultats de cette étude nous avons proposé ce qui suit :

- Création des centres de consultings qui auront pour mission la préparation des jeunes à assumer les responsabilités du mariage.
- Création d'une caisse spéciale pour aider les jeunes qui veulent se marier.
- L'organisation de conférences sur le thème du célibat.

محتوى البحث

الجانب النظري

الفصل الأول: الإطار العام للإشكالية

الفصل الثاني: العنوسة

الفصل الثالث: القلق و قلق المستقبل

الجانب الميداني

الفصل الخامس: منهج البحث و إجراءاته

الفصل السادس: عرض و مناقشة نتائج البحث

فهرس الجداول

فهرس الأشكال

مقدمة:

يعد القلق واحدا من المشاعر الأساسية الطبيعية لدى الإنسان مثله مثل الغضب والفرح و الحزن التي ترافق الإنسان منذ لحظات الولادة حتى نهاية الحياة. و يظهر القلق في المواقف التي يقيمها الفرد على أنها مهددة و غير مضمونة و تصعب السيطرة عليها، و يشعر الفرد بالانزعاج والضيق منها. و يتفق الباحثون النفسانيون مع نتائج البحث البيولوجي على أن القلق أو الخوف عبارة عن شكل طبيعي من ردود الأفعال المتجذر بيولوجيا في عضويتنا، إذ يحتمل أن يكون كل الناس قد عانوا و لو مرة واحدة على الأقل من القلق في المواقف الخطيرة أو المهددة التي تعترضنا كالامتحان و الزواج والانتقال إلى بيئة أخرى....الخ.

و للقلق الكثير من الوجوه و الأشكال لعل من أهمها قلق المستقبل الذي يعد أحد المصطلحات الحديثة على بساط البحث العلمي و الذي بدأ يطفو على السطح منذ أن أطلق توفلر مصطلح صدمة المستقبل على اعتبار أن العصر الحالي يخلق توترا خطيرا بسبب المطالب المتعددة لاستيعاب تغيراته و السيطرة عليها، فالمستقبل بعد أن كان مصدرا لبلوغ الأهداف و تحقيق الآمال قد يصبح لدى البعض مصدرا للخوف و الرعب، و هذا ما يعد أساسا لقلق المستقبل بما يحمله من هموم و توقعات مجهولة، فالتفكير في المستقبل عامل يسبب القلق لدى الفرد و يساعد في ذلك خبرات الماضي المؤلمة و ضغوط الحياة العصرية و إمكانات الحاضر المتواضعة و كذا التناقضات الهائلة بين الأحلام الوردية والواقع المرير و من هنا لا يمكن إنكار عامل العنصر الموضوعي في قلق المستقبل الذي يقوم على قراءة الواقع القائم.

و من الطبيعي أن مستويات القلق بأشكاله المختلفة بما فيها قلق المستقبل يختلف باختلاف المراحل العمرية بسبب ارتباط كل مرحلة من مراحل العمر بمجموعة من المطالب التي قد تنشأ عنها مجموعة من المخاوف المتعلقة بالمستقبل، و لعل من أهم المطالب أو الموضوعات التي تثير قلق المستقبل لدى الأفراد موضوع الزواج لما له من أهمية في حياة الفرد و المجتمع، إذ يعد الخطوة الأولى نحو تشكيل أسرة معترف بها يعيش تحت ظلها الأبناء، إضافة إلى تحقيق الإشباع الجنسي للزوجين و حفظ النوع في جو من السكينة والاستقرار.

و نظرا لهذه الأهمية التي يكتسيها الزواج فقد حث الإسلام عليه و يسر السبيل إليه، إلا أن التغيرات الاقتصادية و الاجتماعية و الثقافية السريعة التي شهدتها المجتمعات العربية

عموما و المجتمع الجزائري خصوصا و التي مست أغلب البنيات و النظم الاجتماعية وعلى رأسها النظام الأسري صعبت الزواج و وضعت العقبات في طريقه، فخروج المرأة للعمل بدافع العوامل الاقتصادية و الاجتماعية الصعبة من جهة و بدافع التحرر و تحقيق الذات و التشبه بالمرأة الغربية من جهة أخرى، وكذا تغير مكانتها داخل الأسرة جعلها تملك الحرية في اتخاذ القرارات، و لعل أبرز تلك القرارات قرار الزواج الذي لم يكن للفتاة الحق في إعطاء رأيها فيه.

هذه القفزة النوعية التي عرفتها الفتاة فيما يخص قرار زواجها كان من آثاره تراجع زواج الفتاة المبكر و كذا تغير نظرتها إلى الزواج و مقاييسه و الذي نتج عنه تأخر سن زواجها مما أدى إلى ظهور مشكلة العنوسة التي باتت رقعتها تتوسع يوما بعد يوم ليس في الجزائر فحسب بل في معظم الدول العربية إن لم نقل جميعها و لكن بنسب متفاوتة.

ومهما تعددت أسباب العنوسة إلا أن الحديث عنها يدفعنا إلى البحث عن آثارها و انعكاساتها على الصحة النفسية للفتاة و لاسيما ظهور قلق المستقبل و مدى تأثير هذا الأخير على توافقها النفسي.

ومن هذا المنطلق سنحاول في هذا البحث تسليط الضوء على ظاهرة العنوسة وانعكاساتها على الصحة النفسية للفتاة متناولينا في ذلك قلق المستقبل و التوافق النفسي وذلك في جانبين نظري و تطبيقي، وقد تضمن الجانب النظري أربعة فصول هي:

الفصل الأول: تضمن إشكالية البحث، فرضيات البحث، أهداف البحث، أهمية البحث وتحديد المفاهيم الأساسية للبحث.

الفصل الثاني: و تناولنا فيه تأخر سن الزواج أو ما يعرف بالعنوسة من خلال تحديد مفاهيمها، اتجاهاتها، أنواعها، أسبابها، آثارها على المرأة و المجتمع، والحلول المقترحة لعلاجها.

الفصل الثالث: و قد خصص للقلق و قلق المستقبل حيث تناولنا فيه مفهوم القلق، حالة القلق و سمة القلق، أسباب القلق، أعراضه، تصنيفاته، و كذا النظريات المفسرة له ثم تطرقنا إلى قلق المستقبل أين تناولنا مفهوم المستقبل، منظور الزمن المستقبلي و التوجهات المستقبلية، علاقة الماضي و الحاضر و المستقبل بقلق المستقبل، تحديد مفهوم قلق

المستقبل، المعارف المستقبلية و قلق المستقبل، أسباب قلق المستقبل، سمات ذوي قلق المستقبل، المظاهر التأثيرية لقلق المستقبل، و أخيرا التعامل مع قلق المستقبل.

الفصل الرابع: و خصصناه للتوافق حيث تناولنا فيه نبذة تاريخية حول مصطلح التوافق مفهوم التوافق، مستويات التوافق النفسي، أبعاد التوافق النفسي، دورة الحياة النفسية للتوافق، مؤشرات و مظاهر التوافق النفسي، العوامل المعينة على التوافق النفسي و العوامل المعيقة له، معايير قياس التوافق النفسي، و كذا النظريات المفسرة له.

أما الجانب التطبيقي فقد تضمن فصلين:

الفصل الخامس: و يتمحور حول منهجية البحث و إجراءاته، و قد تطرقت فيه الباحثة إلى منهج البحث، الدراسة الاستطلاعية، مكان إجراء البحث، العينة و طريقة اختيار أفرادها وخصائصها، ثم عرض مختلف وسائل القياس المستعملة من حيث وصفها و طريقة تطبيقها و تصحيحها، كما تناول الفصل أيضا دراسة لمدى صلاحية المقاييس و ثباتها و كذا عرض لمختلف الأساليب الإحصائية المتبعة لتحليل النتائج.

و خصص الفصل السادس لعرض نتائج الدراسة الحالية ومناقشتها من حيث قبول فروضها أو رفضها و تفسيرها في ضوء ما أسفر عنه التراث السيكولوجي و الدراسات السابقة التي تناولت الموضوع. و أنهينا البحث باستنتاج عام و خاتمة مع ذكر بعض التوصيات والاقتراحات.

الجانب النظري

الفصل الأول:

الإطار العام للإشكالية

1 - إشكالية البحث

2 - فرضيات البحث

3 - أهداف البحث

4 - أهمية البحث

- تحديد المصطلحات

1 – إشكالية البحث:

الزواج أسمى و أعظم العلاقات الإنسانية التي تجمع بين الرجل و المرأة، فهو الذي يكفل التراحم و التعاون و المودة بين الزوجين، و هو كذلك العلاقة الاجتماعية الوحيدة الدائمة بين الرجل و المرأة التي يباركها الله سبحانه و تعالى لأنها الأساس الشرعي السليم لتكوين الأسرة خلية المجتمع الأولى، إذ يقول تعالى:" **و من آياته أن خلق لكم من أنفسكم أزواجا لتسكنوا إليها و جعل بينكم مودة و رحمة إن في ذلك لآيات لقوم يتفكرون**" **(سورة الروم، آية 21).**

و الزواج أمل الغالبية العظمى من الشباب ذكورا و إناثا و خاصة في مرحلة العقد الثالث من العمر لما يوفره من سعادة وراحة نفسية، فقد أظهرت دراسة جلان Glenn التي أجريت في الفترة بين 1972-1974 على عينة قوامها 1841 من الذكور و2012 من الإناث (تحتوي على المتزوجين والأرامل والمطلقين والعزاب) تتراوح أعمارهم بين 18 و60 سنة أن الأشخاص المتزوجين يقررون سعادة شاملة عن الأشخاص غير المتزوجين بالنسبة للذكور والإناث، والنتيجة لصالح الإناث أكثر من الذكور عند مستوى الدلالة 0.05. كما أظهرت دراسة جونس 1985 أن المتزوجين لديهم قدرة أكبر على التحكم في مشاكلهم الانفعالية من العزاب **(عن بلميهوب ،2006، ص42).**

والزواج مطلب أساسي من مطالب النمو الذي إذا تحقق إشباعه بنجاح أدى إلى الشعور بالسعادة وأدى إلى النجاح في تحقيق مطالب النمو مستقبلا، بينما يؤدي الفشل في إشباعه إلى الاضطراب وعدم التوافق وبالتالي التعرض لمختلف الأمراض النفسية والعقلية وهذا ما أكدته دراسة كيت سكوت من جامعة اوتاغو في نيوزيلندا والتي أجريت خلال العشرية الماضية على عينة تقدر ب 34500 شخص من 15 بلدا، حيث توصلت هذه الدراسة إلى أن المتزوجين أقل عرضة للمعاناة من الاكتئاب والقلق وإساءة استعمال المواد المخدرة كما وجد سيغرايفس أن أعلى نسبة داخل مستشفى الأمراض العقلية هي نسبة العازبين والمطلقين **(شيماء جمال: الموقع الالكتروني . H :/News.asp.Htm).**

بالإضافة إلى تحقيق التوافق النفسي يساهم الزواج كذلك في تحقيق التوافق الصحي لكل من الرجل والمرأة حيث يقول لينش Lynch 1977:" بالرغم من المشكلات والضغوط التي يعاني منها بعض المتزوجين إلا أن غير المتزوجين يعانون أكثر، فهم يموتون قبل

المتزوجين وأمراض القلب لديهم ضعف عددها عند المتزوجين". ونفس النتيجة توصل إليها لانديس 1977 حيث وجد أن معدل الموت يرتبط بدرجة كبيرة بالحالة الزواجية، فالمتزوجون لديهم معدلا منخفضا في كل مراحل الحياة عن الأشخاص الذين لم يسبق لهم الزواج أو تحطم زواجهم بالموت أو الطلاق، وكدليل على ذلك ارتفاع معدل الموت والانتحار بين المطلقين والأرامل تخلصا من الأزمة النفسية الناشئة عن فقدان الشريك **(عن بلميهوب،2006،ص43).**

كذلك يساهم الزواج في تحقيق التوافق الاجتماعي للمتزوجين نظرا لما له من قيمة اجتماعية، فالذي يقاوم الزواج غالبا ما يشعره الأهل و الأصدقاء أنه منبوذ أو سيكون منبوذا إذا استمر على هذه الحال، و كثيرا ما يشعر العزاب والمطلقون أنهم أقل حظا في حياتهم وأنهم أقل قدرة من الآخرين على تكوين علاقات اجتماعية حقيقية وصادقة مع الآخرين، كما يساهم الزواج بدرجة كبيرة في تحقيق التوافق الانفعالي إذ تزول معه عوامل الخوف والقلق من المستقبل.

هذا ويعد الزواج وعلى نطاق واسع وسيلة للوقاية والعلاج معا من أعراض العصاب، فشعور الفرد أنه مرغوب فيه من الطرف الآخر يعطيه إحساسا بالقيمة والتقدير، كما أن ارتباطه بشخص آخر يجنبه الخوف من الوحدة، زيادة على ذلك فإن وظيفة الوالدية تعطي شعورا بالارتياح والسعادة **(المرجع السابق، ص43).**

ولكن ورغم هذه الأهمية التي يكتسيها الزواج وعلى الرغم من أن الإسلام قد حث عليه لحكمة بالغة ومعاني نبيلة، إذ في مشروعيته مجاراة للطبيعة الإنسانية وتحقيق بقاء النوع البشري وتحصيل المكاثرة والمباهاة التي وعد بها الرسول عليه الصلاة والسلام يوم القيامة، إلا أننا نلاحظ في السنوات الأخيرة ولأسباب اقتصادية واجتماعية وحتى نفسية نقص الإقبال عليه مما أدى إلى ظهور مشكلة تأخر سن الزواج أو ما يعرف بالعنوسة ولاسيما لدى الفتيات، فبعد أن كانت الفتاة في الماضي تتزوج بين الثانية والثالثة عشر، وبعد أن كانت قمة العنوسة أن تصل البنت إلى العشرين تطورت هذه السن إلى أن وصلت اليوم إلى الثلاثين وحتى الأربعين لتشكل في النهاية كابوسا يهدد الفتيات وظاهرة يصعب على الباحثين دراستها لكونها من المشكلات ذات الحساسية الاجتماعية المتعلقة بالمرأة ومن الطابوهات التي لا يصرح بها رغم خطورتها وتزايد حدتها في السنوات الأخيرة، فحسب

المعهد الوطني للإحصاء فإن عالم العنوسة تدخله سنويا 200 ألف فتاة أي ما يعادل إلى غاية سنة 2008 أكثر من 11 مليون عانس منهن 5 ملايين فوق 35 سنة، كما تحال مليوني فتاة على عنوسة دائمة اعتبارا أن الشاب إذا بلغ سن 35 سنة فما فوق لا يتزوج بمن تماثله سنا ولكن يتجه إلى الصغيرة التي يتراوح سنها بين 18 و25 سنة **(عن أغبال ، 2007، ص ص 6، 7).**

وأمام هذا التنامي الهائل لعدد العوانس أطلق بعض المتتبعين لهذه الظاهرة اسم دولة العوانس على هذا العدد الكبير منهن إذا ما تمت مقارنة مستوى العنوسة في الجزائر والذي بلغ حسب الدراسة التي أجراها باحثون جزائريون مع خبراء من منظمة التنمية التابعة للأمم المتحدة 31.1 % بنظيره في بعض البلدان العربية، حيث يفوق عدد عوانس الجزائر عدد سكان ليبيا، بل ويفوق عدد سكان 5 دول خليجية مجتمعة **(عن جاب الله ، 2007، ص 8).** وليست الجزائر البلد الوحيد الذي يعاني من العنوسة بل نكاد نجدها في معظم الدول العربية، ففي مصر مثلا نجد أن نسبة العنوسة قد وصلت إلى 37% **(مرسي، 2001، ص81)**، وبلغت في كل من البحرين والإمارات 20% ، و وصلت في تونس إلى 38% عام 2004 و في سوريا بلغت 50% ووصلت النسبة إلى 85% في العراق، في حين قدرت في السعودية ب 15%. **(Ihab sultan 2002.www.info@arabiyat.com).**

وتعد الأسباب الاقتصادية ولاسيما ارتفاع تكاليف الزواج وغلاء المهور من أهم الأسباب المؤدية إلى العنوسة وهذا ما أكدته عدة دراسات منها دراسة الجوير حول أسباب تأخر سن الزواج والتي أجريت في السعودية عام 1995 على عينة تضم 75طالبا جامعيا حيث كشفت الدراسة عن أسباب يمكن ترتيبها تنازليا حسب تكرارها في العينة كالتالي: غلاء المهور، مواصلة التعليم الجامعي، قلة دخل الأسرة، السفر إلى الخارج، المغالاة في تكاليف الزواج، عدم توفر السكن الملائم، الخوف من تحمل المسؤولية، بالإضافة إلى ذلك يفضل معظم أفراد العينة أن يكون تعليم الزوجة أقل من الجامعي، وبذلك تقل فرص زواج الجامعيات.

و لا تختلف هذه النتائج كثيرا عن نتائج دراسة أجريت بدولة الكويت عام 1987 حول ظاهرة تأخر سن الزواج على عينة تقدر ب 195 شخص من الجنسين و من مختلف المستويات التعليمية و المهنية، فكانت الأسباب بالنسبة للذكور هي: غلاء المهور، زيادة تكاليف المعيشة، عدم توفر سكن مستقل. أما بالنسبة للإناث فكانت الأسباب كالتالي:

عوامل طبقية و طائفية، عدم وجود فرص للاختلاط بين الجنسين، التفرغ للتعليم العالي، عدم توفر سكن مناسب.

كذلك فقد توصلت دراسة أخرى أجريت بالأردن إلى نتائج مشابهة، حيث تناولت هذه الدراسة بعض المشكلات لدى الشباب الأردني من خلال عينة تكونت من 2304 شخص منهم طلبة و عاملين بمهن مختلفة، فكان من أهم الأسباب التي تعيق الزواج زيادة المهور وارتفاع تكاليف الزواج.

كما بينت دراسة المطوع التي أجريت بدولة الإمارات العربية المتحدة عام 1991 على عينة ضمت 548 تلميذ من تلاميذ و طلبة المراحل التعليمية الثلاثة: الإعدادية، الثانوية والجامعية أن أهم المشكلات المتعلقة بالإعداد للزواج لدى الجنسين هي: غلاء المهور، عدم القدرة على اختيار شريكة الحياة، ارتفاع تكاليف الزواج، إحجام المواطنين عن الزواج من مواطنات، كثرة شروط الزوجة، خشية التزوج دون معرفة الطرف الآخر، تحكم الأهل في الاختيار، الخوف من التعرض لمشكلات مالية في المستقبل، الخشية من عدم الزواج **(عن أغبال ، 2007، ص 36).**

و الحقيقة أن الأسباب الاقتصادية ليست الوحيدة التي تقف وراء العنوسة، بل هناك أسباب أخرى حيث يرى الدكتور أحمد البحيري – استشاري الطب النفسي– أن للعزوف عن الزواج أسبابا أخرى غير الأسباب الاقتصادية و منها انتشار المبادئ الفردية التي تبعد عن سلطة الأسرة مما يؤدي بالرجل أو المرأة إلى قضاء سنوات طويلة في تحقيق الذات على حساب الحياة الشخصية، كما أن البعض يجد أن الشكل الأسري من زوج و زوجة وأولاد ليس هو أفضل العلاقات التي توفر له علاقات حميمية، كذلك فإن تأخر سن الزواج في حد ذاته يجعل الفتاة أو الرجل يألفان حياة العزوبية و يتخوفان من مجهول الزواج مع تفضيل عدم الالتزام اتجاه شخص آخر أو أسرة، أما النقطة الأهم فهي عدم وجود ثقافة الحياة الزوجية و الدليل على ذلك أنه عند سؤال أي شاب أو فتاة عن أسباب رغبته في الارتباط نجد أن الرد لا يتجاوز كلمة " تلك سنة الحياة " في حين أن السبب قد يكون أحيانا لأسباب جنسية بحتة بعيدا عن هدف تكوين أسرة **(عن البلوي، 2006، ص 42)**

و دائما في نفس الصدد فقد كشفت دراسة نفسية اجتماعية حول الزواج لدى الفتيات للباحثة مي حجازي أن أزمة الإقبال على الزواج غير منفصلة عن أزمات الزواج و ما ينتهي

إليه من فشل، و أنها جزء من ظاهرة الفشل الأسري في التعامل مع الفتيات بشكل فيه مساواة وزرع للثقة بالنفس و المسؤولية، فتطور أدوار كل من الجنسين و التحولات الاجتماعية الشاملة قد أتاحت لكل من الرجل و المرأة رؤية ذاته و رؤية الآخر بمفاهيم جديدة، وأدركت بعض الفتيات المعاملة غير العادية التي يتلقينها مقارنة بالفتيان و التي أثرت على مكانة الزواج كمؤسسة في نظرهن خاصة مع تحقق الذات عبر العمل المهني والنشاط الاجتماعي اليومي، وتوصلت هذه الدراسة إلى النتائج التالية:

- صورة الفتاة عن الزواج أنها أزمة.
- انعكاس تربيتنا للفتاة في جو من عدم التقدير الذاتي مما ينتج عنه عدم إقبالها على الزواج بحماس.
- إهمالنا لتفهم كيف يرى كل من الشاب و الفتاة الطرف الآخر.

إن كل عامل من هذه العوامل يشكل عائقا ليس في إقدام الفتاة على الزواج فحسب، و إنما في تشكيل مفهومها اتجاهه و هذا هو الأخطر **(عن همام عبد المعبود، الموقع الالكتروني: إسلام أون لاين نت 12 – 05 – 2001)**.

كما أظهرت دراسة أخرى أجريت بمصر عام 1987 على عينة مكونة من 108 طالب و 201 طالبة بقسم علم النفس بجامعة عين شمس أن المشكلة الأولى التي تعيق الزواج لدى الفتيات هي مشكلة اختيار الزوج، في حين كانت لدى الذكور تأدية الخدمة العسكرية، واحتلت مشكلة تكوين الأسرة الترتيب الثالث لدى الذكور لكنها اتخذت الترتيب السادس لدى الإناث **(عن أغبال، 2007، ص 37)**.

كذلك فقد أظهرت دراسة شقير حمود العتيبي (2000) أن هناك عدة أسباب مختلفة للعنوسة منها أسباب تتعلق بأهل الفتاة و تتمثل في إجبار الفتاة على شخص معين أو الطمع في راتبها أو تعطيلها من أجل الخدمة في المنزل و كذا المغالاة في المهر، وأسباب تتعلق بالفتاة نفسها وتتمحور في اشتراط إكمال الدراسة و اشتراط الوظيفة ورفض الزواج من متزوج إضافة إلى وجود عيب ما في الفتاة، كما يقرر أسبابا تتعلق بالشاب و تتمحور في الإعراض عن الزواج بحجة الحرية و المرونة، و الزواج من الخارج، و عدم القدرة على تكاليف الزواج، و رفض الزواج من ثيب، و رفض الزواج من أرملة، و عدم الزواج من

بعض الموظفات كالطبيبات، و يطرح الباحث العلاج بتوعية الجماهير عن طريق وسائل الإعلام بتحديد المهور، و بتعدد الزوجات، و منع الزواج من الخارج (**السناد،2007، ص 96)**.

و من جانب آخر نجد أن هناك آثار عديدة و مختلفة لظاهرة العنوسة، فمن الناحية الاجتماعية أدى استفحال هذه الظاهرة إلى التحلل الخلقي و انتشار العلاقات غير الشرعية وكذا الزواج العرفي الذي يمثل في حد ذاته مأساة اجتماعية لا تقل خطورة عن العنوسة، حيث كشفت الدراسة التي أجرتها الدكتورة عزة كريم أستاذة علم الاجتماع عن وجود 255 ألف حالة زواج عرفي بين الطلبة في مصر. و على الصعيد القومي باتت العنوسة أزمة تهدد المجتمع في رأسماله البشري، فتأخر سن الزواج يؤثر حتما على خصوبة أبنائه مما سيؤثر بالتالي على تركيبة المجتمع و تطوره (**موقع المتوسط أون لاين 12.2008 .20**).

أما من الناحية النفسية فغالبا ما تشعر الفتاة العانس بالإحباط و الحرمان كون المرأة تميل بفطرتها إلى الأنس مع من يشاركها حياتها، و عدم ممارسة هذا الحق يؤدي إلى شعورها بالوحدة النفسية و هذا ما أكدته الدراسة التي أجرتها جاب الله يمينة عام 2007 بولاية سطيف على 34 امرأة تراوحت أعمارهن بين 30 و 45 سنة، حيث وجدت أن شعور المرأة العانس بالوحدة النفسية مرتفع و قد أرجعت ذلك إلى افتقادها أي المرأة العانس للمحبة والألفة و الإحساس بالأمان و الطمأنينة و هي أمور عادة ما يحققها الزواج (**جاب الله، 2007، ص 153**).

و نفس النتيجة توصل إليها لونتين و آخرون (Lowentein et al) حيث وجدوا أن النساء غير المتزوجات يعانين من العزلة و الشعور بالوحدة النفسية. كما أظهرت دراسة كرامر Cramer 1993 أن النساء الوحيدات يشربن الكحول بكمية أكبر من اللواتي يعشن مع آخرين أو مع طفل عمره أربع سنوات فأكثر (**عن أبو أسعد، 2010، ص711**).

كما توصلت دراسة الرفاعي و رسلان حول الضغوط النفسية لدى الفتيات المتأخرات زواجيا في البيئة السعودية و البيئة المصرية و التي أجريت على عينة قوامها 600 فتاة (300 فتاة من مصر و 300 فتاة من السعودية) إلى أن الفتيات المصريات و السعوديات على حد سواء يعانين من ضغوطات نفسية نتيجة تأخرهن في الزواج و أن هذه الضغوط تتفاوت من فتاة إلى أخرى نتيجة العوامل الثقافية و الاجتماعية و الاقتصادية، كما أن بعض

الفتيات لا يستطعن التغلب على هذه الضغوط فيلجأن إلى الحيل الدفاعية كالتبرير والإزاحة كأن يلجأن لعمل دراسات عليا أو يتطوعن في العمل الخيري أو العمل مع بعض الفرق المسرحية أو السهر خارج المنزل أو السفر خارج البلاد **(الرفاعي و رسلان، 2007، ص 210)**.

كذلك فقد خلصت دراسة للطبيب النفسي دفيد ديفو من جامعة لاتروبيه في ملبورن الأسترالية عام 1996 و الذي قام بدراسة معطيات و معلومات تتعلق بأكثر من 10 آلاف بالغ من سجلات الصحة النفسية إلى أن واحدا من كل أربعة رجال و نساء يعاني من الاكتئاب بسبب كونه عازبا أو عازبة **(موقع المتوسط أون لاين 08. 05 . 2010)**.

إضافة إلى هذا عادة ما تميل الفتاة العانس إلى الشعور بأنها أصبحت عبئا ثقيلا على أسرتها خاصة عند مجاملتها بالتمني لها بالزواج و كثرة ترديد أقاويل عن المكتوب والقسمة، و قد تدفع هذه الضغوط العائلية الفتاة إلى الهروب من مواجهة الناس و تفضيل العزلة مما يؤدي إلى إصابتها بالقلق هذا الاضطراب الشائع بين الناس في مختلف أنحاء العالم حيث أشار تقرير منظمة الصحة العالمية سنة 2001 إلى أن حوالي 450 مليون إنسان في العالم قد تعرضوا إلى اضطرابات و مشاكل نفسية، و يعتبر القلق من أشيع هذه الاضطرابات فهو يمثل حوالي 40 % من الاضطرابات العصابية، و هو أشيع لدى الإناث منه لدى الذكور **(عن بلكيلاني، 2008، ص 9)**.

هذا و تعد فئة الشباب بما تنطوي عليه من خصائص عمرية و نفسية و عاطفية من أكثر الفئات عرضة للإصابة بالقلق بمختلف أنواعه و لا سيما القلق من المستقبل، حيث أشارت دراسة Susulowska إلى وجود فروق في مستوى قلق المستقبل تبعا للمرحلة العمرية إذ قدرت نسبته ب 2,8% في مرحلة الطفولة و 15,5% في مرحلة المراهقة لتصل إلى 51,4 % في مرحلة الشباب **(zaleski ,1994, p47)** .

وفي هذا الصدد أشارت دراسة إبراهيم محمود إبراهيم 2003 عن مستوى التوجه نحو المستقبل وعلاقته ببعض الاضطرابات لدى الشباب الجامعي (دراسة مقارنة بين عينات مصرية وسعودية) إلى أن هناك علاقة دالة موجبة بين انخفاض التوجه نحو المستقبل وكل من الاكتئاب والاغتراب والضغوط النفسية بالنسبة لكل من الذكور والإناث في البيئة المصرية والسعودية **(بدر، 2003، ص112)**.

كما بينت دراسة إبراهيم شوقي عبد الحميد 2002 أن المشكلات المتعلقة بالمستقبل كما يدركها الشباب تعكس اتجاهاتهم نحو المستقبل وتوقعاتهم له **(عبد الحميد، 2002، ص39)**.

وتعتبر المشكلات المتعلقة بالمستقبل الزواجي من أهم المشكلات التي تشغل بال الشباب وهذا ما أوضحته دراسة محمد أنور إبراهيم فراج 2006 حول قلق المستقبل وعلاقته ببعض المتغيرات، حيث قام الباحث بتطبيق مقياس قلق المستقبل على طلاب كلية التربية بجامعة الإسكندرية ووضع سؤال مفتوح في نهاية مقياس قلق المستقبل ينص على أن هل هناك مصادر أخرى لقلق المستقبل لم يذكرها المقياس، فتبين أن غالبية الطلبة لديهم ترقب وخوف من المستقبل من أشياء محددة كان من أهمها: عدم تكوين أسرة أو الفشل في تربية الأبناء وعدم توفير جو صحي وتربوي لهم، القلق العاطفي والخوف من عدم الارتباط بالشخص المناسب، الشعور بالوحدة في المستقبل **(فراج، 2006، ص01)**.

و في هذا السياق يرى غالب بن محمد علي المشيخي أن قلق المستقبل نتيجة حتمية للإحباطات و الضغوط التي يواجهها الشباب في حياتهم و أنه من الطبيعي أن يشعروا بالقلق و لكن إذا وصل التفكير في المستقبل إلى حالة يشعرون فيها بالعجز عن مواجهة ضغوط الحياة فإن هذا القلق سوف يؤثر على صحتهم النفسية و على انجازهم الأكاديمي **(المشيخي، 2009، ص 07)**.

إضافة إلى هذا فإنه عادة ما تؤثر هذه الضغوطات و الإحباطات التي يتعرض لها الشباب ولاسيما العزاب منهم على توافقهم النفسي و الاجتماعي و هذا ما أكدته دراسة يونس 1978 على عينة متكونة من 86 من المتزوجين و 119 من العزاب و استخدمت الدراسة اختبار التوافق النفسي العام و المهني للراشدين ترجمة و تعريب عباس عوض، وتوصلت إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة 0,001 بين المتزوجين والعزاب في أبعاد التوافق المنزلي و الصحي و الاجتماعي و الانفعالي والتوافق النفسي العام لصالح المتزوجين بينما لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين المتزوجين و العزاب في التوافق المهني **(عن بلميهوب، 2006، ص 49)**.

كذلك فقد توصلت الدراسة التي أجراها محمد السيد عبد الرحمان 1998 على مجموعة من المتزوجين و غير المتزوجين إلى أن مستوى التوافق المنزلي و الصحي و الاجتماعي

والانفعالي لدى المتزوجين أعلى منه لدى غير المتزوجين و التوافق الانفعالي لدى الذكور المتزوجين أعلى منه لدى الإناث المتزوجات (**عن جاد محمود، 2006، ص 23**).

بناءا على ما سبق يحاول البحث الحالي التعرف على مدى تأثير العنوسة على الجانب النفسي للفتاة و ذلك من خلال وضع إجابات للتساؤلات التالية:

- هل مستوى قلق المستقبل لدى الفتاة العانس مرتفع ؟
- هل توجد فروق دالة إحصائيا بين متوسطات درجات الفتيات العوانس في قلق المستقبل وفقا لمتغير السن؟.
- هل توجد فروق دالة إحصائيا بين متوسطات درجات الفتيات العوانس في قلق المستقبل وفقا لمتغير الوضعية المهنية؟
- هل توجد فروق دالة إحصائيا بين متوسطات درجات الفتيات العوانس في قلق المستقبل وفقا لمتغير المستوى التعليمي ؟
- هل مستوى التوافق النفسي لدى الفتاة العانس منخفض؟
- هل توجد فروق دالة إحصائيا بين متوسطات درجات الفتيات العوانس في مستوى التوافق النفسي وفقا لمتغير السن؟
- هل توجد فروق دالة إحصائيا بين متوسطات درجات الفتيات العوانس في مستوى التوافق النفسي وفقا لمتغير الوضعية المهنية؟
- هل توجد فروق دالة إحصائيا بين متوسطات درجات الفتيات العوانس في مستوى التوافق النفسي وفقا لمتغير المستوى التعليمي؟
- هل توجد علاقة ارتباطيه ذات دلالة إحصائية بين قلق المستقبل ومستوى التوافق النفسي لدى الفتاة العانس؟

2 – فرضيات البحث:

- مستوى قلق المستقبل لدى الفتاة العانس مرتفع.

- هناك فروق دالة إحصائيا في درجة قلق المستقبل لدى الفتاة العانس وفقا لمتغير السن.
- هناك فروق دالة إحصائيا في درجة قلق المستقبل لدى الفتاة العانس وفقا لمتغير الوضعية المهنية.
- هناك فروق دالة إحصائيا في درجة قلق المستقبل لدى الفتاة العانس وفقا لمتغير المستوى التعليمي.
- مستوى التوافق النفسي لدى الفتاة العانس منخفض.
- هناك فروق دالة إحصائيا في مستوى التوافق النفسي لدى الفتاة العانس وفقا لمتغير السن.
- هناك فروق دالة إحصائيا في مستوى التوافق النفسي لدى الفتاة العانس وفقا لمتغير الوضعية المهنية.
- هناك فروق دالة إحصائيا في مستوى التوافق النفسي لدى الفتاة العانس وفقا لمتغير المستوى التعليمي.
- هناك ارتباط سالب ودال إحصائيا بين درجة قلق المستقبل ومستوى التوافق النفسي لدى الفتيات العوانس.

3 – أهداف البحث:

يسعى البحث الحالي إلى تحقيق الأهداف التالية:

- التعرف على مدى انتشار ظاهرة قلق المستقبل عند الفتيات العوانس و تقدير عمقها و شدتها تبعا لمتغيرات السن، العمل و المستوى التعليمي.
- التعرف على مدى تأثير العنوسة على مستوى التوافق النفسي لدى الفتيات العوانس في ضوء متغيرات السن، العمل و المستوى التعليمي.
- الكشف عن العلاقة بين قلق المستقبل و مستوى التوافق النفسي الاجتماعي لدى الفتيات العوانس.

4 – أهمية البحث:

تكمن أهمية هذا البحث في تركيزه على نخبة متميزة من المجتمع و هن الفتيات العوانس اللواتي يشكلن حوالي ثلث المجتمع الجزائري، و كذا في محاولتها تجاوز بعض الطابوهات الاجتماعية و التي تعتبر ظاهرة العنوسة واحدة منها و وضعها على بساط البحث العلمي لمعرفة أسبابها و انعكاساتها على الصحة النفسية للفتاة و لاسيما ظهور قلق المستقبل الذي يعد من الاضطرابات التي تؤثر على صحة الفتاة و ربما على توافقها النفسي الاجتماعي.

كما يستمد البحث الحالي أهميته من اعتباره الدراسة الأولى على حد علم الباحثة التي تناولت ظاهرة العنوسة و علاقتها بقلق المستقبل و مستوى التوافق النفسي الاجتماعي لدى الفتيات في ضوء متغيرات السن، العمل و المستوى التعليمي.

5 – تحديد مفاهيم البحث:

5 – 1 العنوسة:

يقصد بالعنوسة تجاوز الفتاة سن الزواج العرفية، وهي ليست محددة بسن معينة، فالتحديد راجع للعرف و نظرة المجتمع فما تعتبره بعض البيئات عنوسة لا تراه بعضها الآخر كذلك **(بوروبي، 1998، ص 3).**

و في المجتمع الجزائري و حسب الدراسات الاجتماعية التي أجريت حول موضوع العنوسة فإن الفتاة العانس هي التي وصل سنها الثلاثين فما فوق و لم تتزوج، هذا بالنسبة للمناطق الحضرية و الخامسة و العشرين بالنسبة للمناطق الريفية.

5 – 2 قلق المستقبل:

تعرف زينب محمود شقير (2005) قلق المستقبل على أنه: " خلل أو اضطراب نفسي المنشأ ينجم عن خبرات ماضية غير سارة، مع تشويه و تحريف إدراكي معرفي للواقع و للذات من خلال استحضار للذكريات و الخبرات الماضية غير السارة مع تضخيم للسلبيات و دحض الايجابيات الخاصة بالذات و الواقع، تجعل صاحبها في حالة من التوتر و عدم الأمن، مما قد يدفعه لتدمير الذات و العجز الواضح و تعميم الفشل وتوقع الكوارث، و تؤدي به إلى حالة من التشاؤم من المستقبل وقلق التفكير في المستقبل والخوف من المشكلات الاجتماعية و الاقتصادية المستقبلية المتوقعة، و الأفكار الوسواسية و قلق الموت و اليأس **(شقير، 2005، ص 5).**

أما التعريف الإجرائي لقلق المستقبل فهو الدرجة التي يحصل عليها أفراد العينة من خلال إجاباتهم على بنود مقياس قلق المستقبل المستخدم في هذه الدراسة.

5 – 3 التوافق النفسي:

يعرف حامد زهران 1980 التوافق النفسي بأنه:" تحقيق السعادة مع النفس و الرضا عنها وإشباع الدوافع و الحاجات الأولية الفطرية و العضوية و الفسيولوجية و الثانوية والمكتسبة، و يتضمن كذلك التوافق مع مطالب النمو في مراحله المتتابعة **(عن عسيري، 2005، ص 6)**

و يعرف إجرائيا في هذا البحث بأنه درجة الانسجام و الموائمة مع النفس التي تظهرها المفحوصة كما يقيسها مقياس التوافق النفسي الاجتماعي المستخدم في هذه الدراسة.

الفصل الثاني: العنوسة

تمهيد

1 – مفاهيم العنوسة

2 – أنواع العنوسة

3 – اتجاهات العنوسة

4 – مظاهر العنوسة

5 – أسباب العنوسة

6 – آثار و نتائج العنوسة

7 – الحلول المقترحة لعلاج ظاهرة العنوسة

خلاصة

تمهيد:

الزواج حلم يداعب كل فتاة لتتوج ملكة على عرشها و تمارس غريزة الأمومة التي منحها لها الله عزوجل و لكن في زحمة هذه الحياة و تعدد مسؤولياتها بالإضافة إلى الظروف الاقتصادية الصعبة التي تواجه الشباب تحول هذا الحلم إلى سراب تجري وراءه الفتاة و خاصة بعد أن ارتفعت نسبة العنوسة و أصبحت تهدد أمن و استقرار المجتمعات سواءا على الصعيد الاجتماعي أو الاقتصادي و حتى على المستوى الأمني حيث أصبح مشكلة تعجز عن حلها المعادلات الحسابية لتشكل في النهاية ظاهرة و كابوسا وشبحا يهدد الفتيات في العالم العربي.

ونظرا لأهمية هذا المفهوم في بحثنا فقد خصصنا له فصلا كاملا تطرقنا فيه إلى مفاهيم العنوسة، أنواعها، اتجاهاتها، أسبابها، آثارها على الفتاة و على المجتمع و أخيرا الحلول المقترحة لعلاجها و ذلك على النحو التالي:

1-مفاهيم العنوسة:

1-1 المفهوم اللغوي:

فيما يلي خلاصة ما ذكرته معاجم اللغة العربية حول هذا المصطلح:

جاء في معجم الصحاح للجواهري:

العنْسُ: الناقة الصلبة، و يقال هي التي اعْنَوْنَسَ ذنبها أي وفر. و عَنَسَتْ الجارية تَعْنُسُ عُنُوسًا و عِنَاسًا، فهي عَانِسُ و ذلك إذا طال مكثها في منزل أهلها بعد إدراكها حتى خرجت من عداد الأبكار، هذا ما لم تتزوج، فإن تزوجت مرة فلا يقال عَنَسَتْ **(الجواهري، بدون سنة، ص345).**

و جاء في لسان العرب لإبن منظور:

عَنَسَتْ المرأة تَعْنُسُ عُنُوسًا و هي عَانِسُ، من نسوة عُنَّسِ و عَنَّسَتْ و هي مُعَنَّسُ و عَنَّسَهَا أهلها حبسوها عن الأزواج حتى جازت فتاء السن و لما تعجز.

قال الأصمعي: لا يقال عَنَسَتْ و لا عَنَّسَتْ و لكن يقال عُنِّسَتْ على ما لم يسم فاعله، فهي مُعَنَّسَةُ و قيل عَنَسَتْ بالتخفيف و عُنِّسَتْ و لا يقال عَنَّسَتْ.

العانس من الرجال و النساء الذي يبقى زمانا بعد أن يدرك و لا يتزوج، و أكثر ما تستعمل في النساء، يقال عَنَسَتْ المرأة فهي عَانِس و عُنِّسَتْ فهي مُعَنِّسة إذا كبرت وعجزت في بيت أبويها (**ابن منظور، 1998، ص 243**).

و جاء في تاج العروس من جواهر القاموس للزبيدي:

العَنْس: الناقة القوية، شبهت بالصخرة و هي العَنْسُ لصلابتها و قال اللّيث تسمى عَنْسًا إذا تمت سنها و اشتدت قوتها و وفر عظامها و أعضاؤها. و عَنَسَت المرأة و هي عانس إذا صارت نصفا و هي البكر لم تتزوج.

امرأة عانس: لم تتزوج و هي ترقب ذلك، و هي المُعَنَّسَة و الرجل عانس أيضا إذا طعن في السن و لم يتزوج و الجمع عَانِسُون و أكثر ما يستعمل العانس في النساء (**الزبيدي، بدون سنة، ص 132**).

و قال الصاغاني في كتابه العباب الزاخر:

العَنْسُ: الناقة الصلبة.

عَنَسَتُ العود أي عطفته أو قلبته.

و عَنَسَتْ الجارية تَعْنَسُ و تَعْنِسُ عُنُوسًا و عِنَاسًا فهي عَانِسُ و ذلك إذا طال مكثها في بيت أهلها بعد إدراكها حتى خرجت من عداد الأبكار هذا ما لم تتزوج فإن تزوجت مرة فلا يقال لها عَنَسَتْ. و الجمع عَوَنِسُ و عُنَّسُ و عَنْسُ، و يقال للرجل أيضا عَانِسُ.

و جمل عَانِس: سمين تام الخلق، و ناقة عانسة كذلك.

و أَعْنَسَتْ الجارية: مثل عَنَسَتْ و عَنِسَتْ

و أعْنَسَ الشيب وجهه: إذا خالطه.

و أعْنَسَتْ السّن وجهه: إذا غيرته.

إذا فقد وضع علماء اللغة العربية صفتين للمرأة العانس و هي أن تكون بكرا و أن تتجاوز سن الزواج و لم تتزوج، و نفس الشيء في الرجل إلاّ أنه في المرأة أكثر استخداما.

و كلمة عَانِس جمعها عَوَانِس و عُنّس (بضم العين و تشديد النون)، عُنْسُ (بضم العين وسكون النون)، و عَنْسُ (بفتح العين و سكون النون) و جمعها في الرجال عَانسون، ولهذا فصيغة الجمع عانسات التي يكثر تداولها غير معروفة في اللغة العربية.

نستخلص مما سبق أن كلمة عانس لغة تطلق على الفتاة البكر التي تجاوزت سن الزواج المتعارف عليه و لم تتزوج قط.

1-2 المفهوم السوسيولوجي:

العنوسة مصطلح اجتماعي يتغير بتغير الظروف و الأوضاع الاجتماعية و الاقتصادية والسياسية، حيث ترى الدكتورة عزة كريم رئيسة وحدة الأسرة بالمركز القومي للدراسات الاجتماعية و الجنائية بمصر أن العنوسة مصطلح اجتماعي و ليس لفضا علميا و بالتالي فهو متغير بتغير الظروف الاجتماعية و التطور الزمني للمجتمع (**أغبال، 2007، ص 3**).

و يقصد بالعنوسة تجاوز الفتاة سن الزواج العرفية و هي ليست محددة بسن معينة، فالتحديد راجع للعرف و للمجتمع، لذلك فالعنوسة تختلف من مجتمع لآخر كما تختلف لدى الدول العربية و الإسلامية عن الدول الغربية، فلكل مجتمع نظرته الخاصة للظاهرة، كما تختلف في نفس المجتمع بين الريف و الحضر، فما تعتبره بعض البيئات عنوسة لا تراه بعضها كذلك، فمثلا في المناطق الريفية إذا تجاوزت الفتاة الخامسة و العشرين و لم تتزوج تعتبر عانسا و تبدأ الأسرة في القلق على مستقبل الفتاة، أما في المدن فقلق الأسرة تجاه زواج البنت يبدأ إذا تجاوزت الثلاثين و لم تتزوج.

و العرف السائد في المجتمع يعرف العانس من الرجال و النساء بأنه الذي لم يتزوج ولم يعقد عقدة النكاح، و يقال عن الفتى أو الفتاة العانس بأنهما فاتهما قطار الحياة و لم يدخلا الدنيا إذ يعتبر الزواج هو الدنيا (**الرافعي، 2000، ص 98**).

و هناك من يفرق بين تأخر سن الزواج و العنوسة فتأخر سن زواج الفتاة عن قريناتها لا يعني إطلاقا أنها أصبحت عانسا، فالعنوسة في الحقيقة ليست تأخر قطار الزواج و إنما تعني فواته، فمن الظلم أن نطلق على من تخطت الثلاثين أو الأربعين لقب عانس لأنه لا تزال لديها الفرصة للحاق بقطار الزواج و تحقيق السعادة التي تنشدها (**السناد، 2007، ص 54**).

1-3 المفهوم الشعبي:

يرى أن العانس هي المرأة لا الرجل، و يطلق عليها في لهجتنا الشعبية الجزائرية كلمة "**بايرة**" و هي كلمة مشتقة من الكلمة العربية "بارت الأرض" أي فسدت و لم تعد صالحة

للزراعة. و يختلف تحديد مفهوم العنوسة حسب المجتمعات و يبقى السن مؤشرا أساسيا في هذا التحديد.

و في الحقيقة لا بد من التوقف أمام ما يتعلق بالفرق بين عنوسة الرجل و عنوسة المرأة، لأنه على الرغم من أن كلمة عانس تطلق لغويا على الجنسين إلاّ أن نظرة المجتمع لعنوسة الرجل و المرأة مختلفة جدا، فالرجل متى ملك المال تحديدا يبقى بوسعه اجتياز مرحلة العنوسة في أية لحظة من خلال اختياره لأية عروس و بالمواصفات التي يريدها و بالتالي نقول عنوسة المرأة و عزوف الرجل عن الزواج **(جاب الله، 2007، ص 54).**

4-1 المفهوم الديني:

من الناحية الدينية يري الشيخ منصور صالح المنهالي رئيس قسم الوعظ والإرشاد بالإمارات أن مصطلح العنوسة هو أحد المصطلحات المستحدثة التي دخلت على المجتمع العربي، مشيرا إلى عدم وجود سن معينة للفتاة حيث تصلح فيها للزواج أو لا تصلح من الناحية الشرعية، لأن الدين الإسلامي لم يضع سنا معينة، حيث تزوج الرسول صلى الله عليه وسلم من خديجة رضي الله عنها وهي تكبره بخمسة عشر سنة و تزوج من عائشة رضي الله عنها وهي بنت تسع سنين، فالسن ليست المعيار الأساسي للزواج، وإنما ما أخبر عنه الرسول صلي الله عليه و سلم في قوله :" تنكح المرأة لأربع لدينها ومالها وجمالها وحسبها فأضفر بذات الدين تربت يداك" ولم يذكر السن في الحديث .

ويرى الشيخ المنهالي أن تحديد سن معينة للزواج أمر مرفوض من الناحية الشرعية وقد جاء إلى المجتمع الإسلامي نتيجة الانفتاح على المجتمعات غير المتوازنة والتي أصبحت تنظر لأية قضية بلغة الأرقام حول العمر والمال موضحا بأن بروز هذه الظاهرة في المجتمع جاء نتيجة لعدد من العوامل المتعلقة بارتفاع المهور وتكاليف الزواج وعزوف أولياء الأمور عن تزويج بناتهم والتعذر بأعذار عرقية عرفية **(الموقع الالكتروني:مركز عفت الهندي للإرشاد الالكتروني 25 – 12 – 2005).**

نستخلص مما سبق أن العنوسة مصطلح تستخدمه وسائل الإعلام وتتداوله الألسنة في كل مكان وينزل مثل السوط على جسد كل فتاة وفتى تجاوز مرحلة الشباب أو كاد دون زواج، وهي أيضا ظاهرة اجتماعية ولدت من صلب المجتمع ساهمت في انتشارها الظروف

الأسرية و الاجتماعية والاقتصادية و كذا الابتعاد عن الحياة الروحية وتعاليم الدين الإسلامي الحنيف.

2- أنواع العنوسة :

يمكن تقسيم العنوسة من خلال المتسبب فيها إلى نوعين:

2-1 عنوسة قصرية:

ويقصد بها العنوسة التي تكون مفروضة على الفتاة أو الفتى من طرف المجتمع وذلك من خلال عدة جوانب اقتصادية واجتماعية وثقافية كغلاء المهور أزمة السكن والبطالة، ورفض الأهل تزويج الفتاة الصغرى قبل الكبرى، أو رفض تزويجها لغير الأقارب.

2-2 عنوسة اختيارية :

وهي العنوسة التي تكون للفتاة أو الفتى يد فيها من خلال كثرة الشروط حول زوج أو زوجة المستقبل أو رفض الزواج أو تأخيره إلى غاية إكمال الدراسة و الحصول على وظيفة محترمة، وكذا من خلال بعض القناعات الفكرية كضرورة أن يكون الزواج مسبوقا بعلاقة حب مما يستدعي إقامة علاقة لفترة طويلة يتعرف فيها كل طرف على الآخر ويفهم شخصيته ويقع في شراك حبه، وكثيرا ما تنتهي هذه العلاقات بالفشل بعد أن يطلع كل واحد على عيوب الآخر، فيكون الشاب أو الفتاة قد ضيع سنوات ثمينة من حياته بدون جدوى، إضافة إلى انتشار بعض المفاهيم الخاطئة حول الزواج حيث ينظر إليه على أنه قفص تفقد فيه المرأة حريتها و استقلاليتها المادية و المعنوية وتخضع فيه لسلطة وسيطرة الرجل مما يجعلها ترفض فكرة الزواج من أساسها ، أما بالنسبة للرجل فانتشار العلاقات غير الشرعية في المجتمع يجعل بعضهم يفضل حياة العزوبية بدل الالتزام بزوجة وأولاد و بحقوق وواجبات ومسؤوليات يمكن تأجيلها أو الاستغناء عنها **(البلوي، 2006، ص 42)**.

3- اتجاهات العنوسة :

3-1 الاتجاه النفسي :

لقد أصبحت مشكلة تأخر الزواج عند الجنسين من أهم المشكلات الاجتماعية التي تمثل عبئا كبير على الحالة النفسية لكل من الشاب والفتاة على حد سواء، فالفتاة العانس تشعر وكأنها أصبحت عبئا ثقيلا على أسرتها مما يجعلها تستجيب أحيانا لضغط الأهل بقبول أي عريس يتقدم للارتباط بها حتى ولو كانت متأكدة أنه غير مناسب لها وأنها لن

تكون سعيدة معه ، الأمر الذي يتسبب بعد ذلك في الطلاق المبكر الذي زادت نسبته بشدة في السنوات الأخيرة وخاصة بين حديثي الزواج ، كما قد تدفع هذه الضغوط العائلية الفتاة إلى الانحراف رغبة منها في اصطياد عريس بأية طريقة أو تقودها إلى الاكتئاب وحتى الانتحار. أما الرجل العانس فهو يدفن همومه وعجزه عن توفير تكاليف الزواج أو سوء حظه في الاختيار وفشل محولاته العديدة في الارتباط في الإفراط في التدخين أو تعاطي الخمور والمحذرات أو محاولة الهروب من الواقع بالاستغراق في القراءات الدينية أو حتى التطرف الديني أو الانغماس في جلسات الأنس مع الأصدقاء على المقاهي أو إدمان الشات على شبكة الانترنيت أو أي شيء يعوضه عن الفشل في إثبات رجولته وقدرته على إيجاد شريكة لحياته (**عبد العزيز، 2000، ص 87**).

وقد أشار الدكتور لطفي الشربيني استشاري الطب النفسي إلى أن مشكلة عنوسة الفتيات والرجال تمثل تهديد خطيرا للصحة النفسية والاجتماعية، والإحجام عن الزواج لا يقتصر فقط على العوامل الاقتصادية التي تتسبب في صعوبة إتمام الزواج ولكن هناك أسبابا أخرى ومنها المفاهيم السلبية لدى الأجيال الجديدة حول الزواج خصوصا بعد تزايد نسبة الطلاق والتفكك الأسري.

وأضاف الدكتور لطفي الشربيني أنه قد تنشأ نتيجة لتأخر الزواج الكثير من الانحرافات السلوكية أو القبول بشخص غير مناسب أو القيام بدور الزوجة الثانية في زواج متعدد مما قد يترتب عليه الكثير من المشكلات، ولذا يجب أن نرصد الحل من خلال مواجهة شاملة تشترك فيها الجهات الرسمية مع الجمعيات الأهلية و كل منظمات المجتمع التي تعمل في مجال رعاية الأسرة.

وعلى صعيد آخر أوضح الدكتور أحمد البحيري استشاري الطب النفسي أن للعزوف عن الزواج أسبابا أخرى غير الأسباب الاقتصادية ومنها انتشار المبادئ الفردية التي تبعد عن سلطة الأسرة مما يؤدي إلى قضاء الرجل أو المرأة وقتا طويلا في تحقيق الذات على حساب الحياة الشخصية ، كما أن البعض يجد أن الشكل الأسري من زوج وزوجة وأولاد ليس أفضل السبل التي توفر له علاقات حميمية، كذالك اتساع فرصة الاختيار حوّل الارتباط لدى البعض إلى وسوسة بهدف البحث عن الأفضل من وجهة نظر الفرد أو الأهل. وأضاف الدكتور أحمد البحيري أن تأخير سن الزواج في حد ذاته يجعل الفتاة والرجل يألفان حياة

العزوبية ويتخوفان من مجهول الزواج مع تفضيل عدم الالتزام اتجاه شخص آخر أو أسرة ويضاف إلى ذلك كله عدم وجود ثقافة الحياة الزوجية والدليل على ذلك أنه عند سؤال أي شاب أو فتاة عن أسباب رغبته في الارتباط نجد أن الرد لا يتجاوز كلمة تلك سنة الحياة، في حين أن السبب قد يكون أحيانا جنسي بحت بعيد عن هدف تكوين **الأسرة (البلوي، 2006، ص 42)**

ويطرح محمد حسن غانم أستاذ علم النفس بجامعة حلوان رؤيته حول العنوسة مؤكدا أنها تمثل ظاهرة خطيرة في المجمعات النامية والعربية تحديدا، حيث الزواج يمثل سترة للبنت وحفظا لكرامتها وكرامة أسرتها، وأن تقدم الفتاة في السن وعدم زواجها قد يثير العديد من الأقاويل التي تمس بسمعة الفتاة وسمعة الأسرة مثل الطفلة بارت أو غير صالحة للزواج، وبعض الأسر قد تلجأ إلى العرافين والدجالين خاصة في المناطق الريفية ظنا منهم أن البنت مسحورة و هذا ما يحول دون زواجها.

وفي هذا الشأن يحلل محمد حسن غانم اتجاهات كل فرد في أسرة فتاة تقدم بها العمر دون زواج من حيث مشاعر كل فرد اتجاهها، مشيرا إلى أن الفتاة العانس باعتبارها صاحبة المشكلة تشعر بالدونية و بأنها أقل من الأخريات، و تصرخ بداخلها نداءات الأنوثة والأمومة مما قد يدخلها في دوامات من القلق والاكتئاب واليأس والتشاؤم من الحياة، وقد تغلو دينيا وتمارس دور المفتي في التحليل والتحريم، وقد تسلك الفتاة العانس طريقا مغايرا للهروب من دوامات القلق والاكتئاب فتلجأ إلى الابتذال والسفور غير الطبيعي في ملابسها وهندامها بطريقة تثير غرائز الشباب، رغبة في إثبات الذات والشعور بأنها مرغوبة مثل باقي الفتيات، بل وربما سعت في الوقت ذاته إلى كثرة الاختلاط بالشباب في الأماكن العامة وفي العمل والأسواق تحت زعم ما يسمى بالصداقة، وشيئا فشيئا قد يتحول هذا الابتذال والسفور إلى انحلال خلقي، فتندفع الفتاة إلى الانحراف وإقامة علاقات جنسية سرية عابرة لإشباع رغباتها خارج مؤسسة الزواج أو إلى ما يسمى بالزواج العرفي أو السري بيد أنها رغم ذلك تبقى محرومة في كلتا الحالتين من مشاعر الأمومة ومن الإحساس بالأمان.

أما الأب فقد ينساق وراء زوجته في عرض ابنته بطرق غير مباشرة على بعض زملائه أو أبنائهم، وإذا فشل في ذلك فإنه قد يلجأ إلى أساليب لاشعورية تخفف عنه، كأن يبلغ الآخرين أن ابنته قد تقدم إليها الكثيرون ولكنه رفض أو رفضت لأسباب متعددة، وقد يتعايش مع هذا

الكذب حتى يعتقد بأن ما يرويه من أكاذيب هو الواقع مما قد يقوده إلى الكثير من الاضطرابات، و قد يلجأ الأب إلى ثلاثة أساليب للتعامل مع هذه المشكلة وهي: إما التغاضي عنها وكأنها لم تكن وردها إلى عبارة " القسمة والنصب أو المكتوب " وإما التشديد في تعامله مع ابنته وتشديد الرقابة عليها لأنه لاشعوريا يظن أن في ابنته شيئا ما خطأ يجعل الآخرين ينفرون منها، وإما ترك الحبل على الغارب بدعوى أن كثرة خروج البنت ورؤية الآخرين لها يخلق لها فرصا أكثر للتقدم لخطبتها.

أما الأم فإنها تعيش هذه المشكلة بكامل طاقتها وعصبيتها وقلقها واكتئابها لأنها كأم تشعر بعمق أحاسيس ابنتها وتعيش على حلم أن ترى ابنتها في بيت الزوجية وترى أحفادها ، ولذا فقد ينتاب الأم حالات من الاكتئاب وقد تلجأ إلى السحر والدجالين لإيجاد حل لابنتها أو تلجأ إلى الدلالات لتعرض عليهن ابنتها مع وعدهن بمكافأة سخية إذا أحضرن لابنتها عريس المستقبل، غير أن الأم في بعض الأحيان يكون إيمانها قويا فتقوم بالتخفيف عن ابنتها وحثها على الرضا بقضاء الله وقدره .

أما الأخت الصغرى فلا شك أن مشاعرها تكون مبهمة وغامضة و قد تهيئ نفسها لأن تكون في الوضع ذاته وتعيش نفس المأساة ، وقد تتفنن في ابتكار طرق مختلفة لجذب أنظار الشباب والدخول في علاقات آثمة مع بعضهم ظنا منها أنه إذا وقع المحظور فإن هذا يضمن لها الفوز بعريس المستقبل وألا تواجه نفس مصير شقيقتها، بينما إذا كانت شقيقات الفتاة العانس متزوجات فإنهن يشعرن بالأسى اتجاه أختهن، وفي الوقت ذاته يشعرن أيضا بالنقص أمام أزواجهن خاصة إذا سألوهن عن سر عدم زواج أختهن أو حملت أسئلتهم تلميحا عن سلوك الفتاة وطباعها (**عن أغبال، 2007، ص 55**).

ويرى الشيخ شمس الدين بوروبي صاحب الجمعية الخيرية الإسلامية التي حملت على عاتقها مشروع تزويج الشباب ومحاربة ظاهرة العنوسة منذ بداية التسعينات أن الفتاة العانس فرد يعيش وضع غير طبيعي في مجتمع ما، ولم يرد في شريعتنا ما يدعو لذمها ورفضها وتهميشها بخلاف التقاليد الجاهلية والأفكار المتحجرة التي جعلت العانس رمزا للعيب والعار حتى كاد هذا المعنى يلتصق بها التصاقا، وأن الفرق بين العنوسة والعانس أن الأولى حالة مرفوضة شرعا وعقلا وفطرة ، أما الثانية فهي إنسان ابتلي بالعنوسة فيستحق كل التكريم والحب والاحترام (**بوروبي، 1998، ص 4**).

3-2 الإتجاه الاجتماعي :

يشكل تأخر الزواج أو العنوسة مشكلة اجتماعية حقيقية وفق رأي المختصين الاجتماعيين حيث تعد من أخطر الظواهر التي تهدد المجتمعات العربية عموما والمجتمع الجزائري خصوصا، خاصة بعد الارتفاع الكبير الذي شهدته هذه الظاهرة في السنوات الأخيرة نتيجة التحولات الكثيرة التي عرفها المجتمع الجزائري، حيث أشارت دراسة نشرها المعهد الوطني للإحصاء إلى وجود ما يقارب 11 مليون فتاة عانس منهن 5 ملايين تجاوزن سن 35 سنة وأن حوالي 200 ألف فتاة جزائرية تدخل سوق العنوسة سنويا بسبب عزوف الشباب المتواصل عن الزواج نتيجة تردي الأوضاع الاقتصادية والاجتماعية في البلاد وهذا ما أكدته الباحثة أمال بن عيسى بقولها أن الظروف المعيشية السيئة للشباب تساهم إلى حد كبير في انتشار ظاهرة العنوسة، فبطالة الشباب وصعوبة الحصول على مسكن، وارتفاع تكاليف الزواج في ظل غلاء المعيشة شكلت أهم العوامل السوسيو اقتصادية التي تقف أمام إقبال الشباب على الزواج وخاصة أن أسلوب الحياة قد تغير تغيرا كبيرا مقارنة بالسنوات السابقة، بحيث أصبح له مقتضياته ومستلزماته وعدم توفرها قد ينعكس بالسلب على حياة الشباب **(بن عيسى، 2008، ص 98).**

ويرى الدكتور جهاد النقولا أستاذ علم الاجتماع الأسري بجامعة دمشق أن تأخر سن الزواج له عدة أسباب منها ما هو اقتصادي كغلاء المهور وعدم القدرة على توفير المسكن إلى جانب انخفاض الدخل، ومنها ما هو اجتماعي كتدخل الأهل وفرض آرائهم على الأبناء وخاصة الفتيات، كذالك العرف الاجتماعي حيث يستطيع الشاب خطبة الفتاة التي تعجبه لكن الفتاة لا تستطيع ذلك بسبب العادات والتقاليد **(عن السناد، 2007، ص 45).**

وفي هذا الصدد يرى الدكتور أسامة الحموي أستاذ في قسم الفقه الإسلامي بكلية الشريعة و الحقوق بجامعة دمشق أن العادات والتقاليد السائدة التي تمنع الفتاة من التصريح بطلب الشاب الذي تريده زوجا لها بذريعة العيب هي عادات فاسدة تخالف الدين، صحيح أنه في الأصل تكون الفتاة هي المطلوبة لغلبة الحياء عليها وحتى تكون في مأمن من صيادي الأعراض ورجال السوء، لكن الإسلام يستحب لولي الفتاة أن يخطب لفتاته وهذا ليس عيبا بل هو مستحب، طالما أن الأسلوب مؤدب وضمن ضوابط الشريعة ، فلا مانع أن تخطب الفتاة الشاب عن طريق وليها **(البلوي، 2006، ص 44)**

وهناك بعد اجتماعي آخر لظاهرة العنوسة يتمثل في بعض المعتقدات السائدة لدى الكثير من الأسر حول أسباب جلوس البنت لسنوات طويلة بدون زواج رغم تقدم العرسان لها في بعض الأحيان أو امتناعهم عن طرق بابها أحيانا أخرى، وفي الحالتين يفسرون ذلك بالسحر ويمارسون طقوسا معروفة لطرد الأرواح الشريرة أو فك السحر وعادة ما يلجأون إلى الدجالين والمشعوذين وينفقون أموالا طائلة في سبيل تخليص ابنتهم من هذا السحر المزعوم، والغريب و أننا في الألفية الثالثة لا تزال نسبة كبيرة من الناس تعتقد بمثل هذه الأشياء التي تزيد حالة الفتاة العانس النفسية سوءا وترسخ عندها عقدة يصعب حلها من أنها محكوم عليها بالعنوسة بفعل قوى شريرة لا تعرفها، وقد تسيء الظن ببعض الأقارب والجيران أو المعارف الذين يطالهم الاتهام بتدبير المكيدة حتى تلزم بيت أبيها و لا تغادره أبدا، مما يؤدي إلى توتر وفساد العلاقات الاجتماعية بين الأسر(**السناد، 2007، ص 87**).

ويأتي ارتفاع ظاهرة الزواج من أجنبيات ليشكل بعدا آخر من أبعاد مشكلة العنوسة إذ بدأت هذه الظاهرة تغزو أغلب المجتمعات العربية بكثافة شديدة ، لدرجة أن دراسة صادرة عن وزارة الداخلية السعودية قد طالبت بمنع زواج الشباب السعودي من أجنبيات بعد أن بلغ عدد الزوجات الأجنبيات اللاتي حصلن على الجنسية السعودية خلال السنوات الخمس الأخيرة نحو تسعة آلاف زوجة، مشددة على أن تفشى هذه الظاهرة يؤثر سلبا على الأطفال وعلى استقرار الأسرة في حالة حدوث خلاف أو طلاق. بينما كشفت دراسة أخرى لوزارة العدل المصرية عن أن هناك اتجاها يسود بين الشباب المصري للارتباط بزوجات من روسيا ودول الإتحاد السوفيتي سابقا و أوروبا الشرقية، وتأتي رغبة الشباب العرب هذه في الزواج من أجنبيات طمعا في الحصول على جنسية الزوجة وبالتالي الظفر بمنصب عمل في بلادها ينسيهم جحيم البطالة الذي عاشوه في بلدانهم الأصلية (**الجريسي، 2000، ص 165**).

إضافة إلى هذا كله و بالرغم من أن كلمة العنوسة تطلق لغويا على الجنسين إلا أن نظرة المجتمعات العربية عموما والمجتمع الجزائري خصوصا لعنوسة الرجل وعنوسة المرأة مختلفة جدا رغم شعارات المساواة بين الجنسين وتطور القوانين الخاصة بالمرأة، فعنوسة المرأة ينظر إليها على أنها عيب وعار ومشكلة عويصة يجب على الأهل الإسراع في حلها قبل أن تمس سمعة الفتاة وسمعة عائلتها بسوء، أما بالنسبة للرجل فحتى وإن تأخر سن زواجه فلا بأس بذلك لأنه متى ملك المال يصبح بوسعه تجاوز مرحلة العنوسة حتى لو كان

في الخمسين أو الستين من عمره من خلال خطبته لأية فتاة وبالمواصفات التي يريدها على عكس البنت التي تقل فرص زواجها بتقدمها في السن واقترابها من سن اليأس (**أغبال،2007 ، ص56**).

كما تجدر الإشارة إلى أن بعض وسائل الإعلام الفاسد تؤثر في ظاهرة العنوسة من خلال عرضها لأفلام ومسلسلات تظهر الشريك بصفات خيالية غير موجودة في الواقع، تجعل الفتى أو الفتاة يتمنى الزواج بهؤلاء المشاهير أو يبحث عن شريك بنفس المواصفات، كما تساهم في تشويه صورة الفتاة العانس من خلال إظهارها بمظهر يثير الشفقة فهي إما عالة على الآخرين أو أنها قبيحة لا تصلح للزواج أو غيورة من الفتيات المتزوجات أو مسترجلة لا تعتني بمظهرها أو لباسها وتتصرف بما لا يناسب أنوثتها أو أنها متمردة على المجتمع (**المرجع السابق، ص57**).

وفي المقابل نجد بعض وسائل الإعلام التي تعمل بشكل إيجابي في التقليل من ظاهرة العنوسة حيث يرى جهاد الناقولا أن بعض المسلسلات كان لها دور إيجابي في نشر التوعية الاجتماعية ولكن ذلك غير كافي إذ يجب أن تُتبع تلك المسلسلات بحصص يتم فيها استضافة مختصين للتعليق عليها وتبيان ما هو إيجابي و ما هو سلبي بما يخدم المجتمع ويصحح الأفكار لأن هناك أخطاء تربوية قد ترد في المسلسل على شكل هفوات درامية **(عن السناد، 2007، ص 45)**.

3-3 الاتجاه الديني :

لم تتطرق الأديان السماوية إلى العنوسة بشكل مباشر،لكنها جميعها حثت على الزواج وعلى تشكيل الأسرة وإنجاب الأولاد، فالإسلام مثلا ينظر إلى العنوسة على أنها تعطل مقصد مهم من مقاصده، وذلك لأن الإسلام شرع الزواج لمقاصد سامية منها أنه وسيلة من وسائل العفة لقول النبي صلى الله عليه وسلم:" يا معشر الشباب من استطاع منكم الباءة فليتزوج، فإنه أغض للبصر وأحصن للفرج، فمن لم يستطع فعليه بالصوم فإنه له وجاء" (أخرجه البخاري)، وهو أيضا وسيلة لجلب الرزق لقوله عزوجل (وانكحوا الأيامى منكم والصالحين من عبادكم وإمائكم إن يكونوا فقراء يغنهم الله من فضله والله واسع عليم) **(النور آية 32)**.

وقد قال أبو بكر الصديق رضي الله عنه " أطيعوا الله فيما أمركم من النكاح، ينجز لكم ما وعدكم من الغنى". والزواج سبب لبقاء النوع البشري ووسيلة إيجابية لتحقيق الأبوة والأمومة وإقامة مجتمع مسلم ، فقد قال صلى الله عليه وسلم: " ثلاثة حق على الله عونهم المجاهد في سبيل الله و المكاتب الذي يريد الآداء والناكح الذي يريد العفاف " .

ويرى الدكتور أسامة الحموي أن الإسلام ندب للزواج فالله خلق الرجل للمرأة والمرأة للرجل ونظم العلاقة بينهما عن طريق الزواج، حيث قال الله عزوجل " ومن آياته أن خلق لكم من أنفسكم أزواجا لتسكنوا إليها وجعل بينكم مودة ورحمة إن في ذلك لآيات لقوم يتفكرون " (**الروم، آية 21**). و قال النبي صلى الله عليه وسلم " أربعة من سنن المرسلين النكاح و السواك والطيب والحناء ".

ويضيف الدكتور الحموي أن الإسلام حارب العنوسة بالتشجيع والحث على الزواج لدرجة أنه جعل منه عبادة وتركه عن عمد مكروه شرعا وذلك لقول النبي صلى الله عليه وسلم "شراركم عزابكم وأراذل موتاكم عزابكم" وأن الإسلام قد وضع حلولا كثيرة لمواجهة شبح العنوسة ومنها الدعوة إلى تيسير الزواج وعدم المغالاة في المهور لقوله صلى الله عليه وسلم (أعظم النساء بركة أيسرهن مئونة) "رواه أحمد". وكذا إجازة استعمال أموال الزكاة لتزويج الشباب، إضافة إلى إباحة التعدد بشرطي العدل والنفقة وإلا كان التعدد حراما
(عن البلوي، 2006، ص 45).

كما أن الإسلام شجع على الزواج فإن المسيحية كذلك قد حثت عليه حيث يقول احد رجال المسيح " فليكن لكل واحد امرأته ، وليكن لكل واحدة زوجها " غير أن المسيحية شجعت على الزواج من جهة ودعت إلى الارتباط بالكنيسة وخدمة الرب من جهة أخرى، لأن الإنسان من منظور مسيحي لا يمكن أن يكون للرب و الجسد في آن واحد، إذ عليه أن يختار بين الزواج وتكوين أسرة أو التفرغ للعبادة وخدمة الرب، وقد تطرق بولس إلى موضوع الرهبنة والعفة بقوله " فإنني أود لو يكون جميع الناس مثلي لكن كل أحد له من الله موهبة تخصه فبعضهم هكذا وبعضهم هكذا ".

وتجدر الإشارة إلى إن إجبار المسيحية رجال الدين على عدم الزواج قد نتج عنه فضائح كثيرة بسبب العلاقات الجنسية السرية بين رجال الكنيسة، وانتشار الزنا وحتى اغتصاب

الأطفال أحيانا من طرف الرهبان وهذا ما يدل على أن الزواج عملية فطرية لا يمكن لأي بشر تجاهلها أو تجاوزها (**أغبال، 2007، ص 55**) .

4- مظاهر العنوسة:

من الناحية السوسيولوجية يتبين أن ظاهرة العنوسة ظاهرة اجتماعية و هي انعكاس للوضع الاقتصادي السائد، لأن كل مجتمع ينظر للظاهرة بمقياس معين من حيث خطورتها و انعكاساتها على المجتمع، كما أنها مرتبطة بالتطور التعليمي و الثقافي لكل مجتمع، لهذا يمكن تلخيص مظاهر العنوسة فيما يلي:

1 – إن ظاهرة العنوسة مرتبطة بالسن الذي يحدده كل مجتمع، ففي المجتمع الجزائري فإن السن الملائم لزواج الفتاة هو سن العشرين، أما سن العنوسة فيبدأ في سن الثلاثين بالنسبة للمناطق الحضرية و سن الخامسة و العشرين بالنسبة للمناطق الريفية.

2 – نسبة العنوسة عند الفتيات في أغلب الدول أعلى من نسبة العزوبة عند الرجال، وهذا راجع لارتفاع عدد النساء عن عدد الرجال.

3 – أكبر شريحة من الفتيات غير المتزوجات متعلمات أو عاملات و يتمتعن بوضع مادي لا بأس به، و لسن عبئا على أحد من أفراد الأسرة، فهن قادرات بشكل نسبي على الحياة المادية المستقلة، و هذه الفئة لها القدرة و الحرية في اختيار هذا الشكل من الحياة عن قناعة، و بالتالي تملك الحرية في اتخاذ القرارات التي تخص الزواج، و عليه يمكن تسميتها بالعنوسة الاختيارية.

4 – ظاهرة العنوسة كظاهرة اجتماعية في تطور مع تطور الوعي في المجتمع فيما يخص عملية الزواج، كالوعي مثلا بالآثار السلبية للزواج المبكر و الذي نتج عنه ارتفاع سن الزواج حيث بلغ لدى الشباب إلى سن 28 سنة و عند الفتيات إلى سن 24 سنة، ويعتبر السن من أبرز المعايير الاجتماعية في الاختيار للزواج و الذي عرف تغيرا سريعا نتج عنه تفاقم ظاهرة العنوسة (**المرجع السابق، ص 68**).

5- أسباب العنوسة :

تتعدد أسباب العنوسة منها ما هو ذاتي يتعلق بشخصية الفتاة وأفكارها ومعتقداتها وطموحها ومنها ما هو خارجي أي خارج عن نطاق الفتاة كالظروف الاقتصادية والاجتماعية والثقافية للمجتمع .

5-1 الأسباب الذاتية :

هناك عدة أسباب ذاتية أدت إلى تأخر سن الزواج لدى الفتاة منها :

- **إتمام الدراسة والسعي وراء الشهادات العليا** : حيث ترفض الفتاة الزواج المبكر بحجة إكمال الدراسة خاصة إذا حققت من خلال دراستها نجاحات كبيرة مما يشجعها على المواصلة في هذا الميدان والوصول إلى مستوى تعليمي عالي، وقد تتاح لها فرصة الزواج أثناء دراستها و لاسيما الجامعية إلا أنها ترفض ذلك متحججة أن الزواج قد يعيقها عن التعليم بسبب الواجبات الزوجية والإنجاب، إضافة إلى بعض التكاليف التي تحتمها العادات والعرف كضرورة قيام الزوجة بخدمة أهل زوجها خاصة إذا كانت تسكن معهم مما يصعب عليها الجمع بين مهام البيت و متطلبات التعليم، وكذلك بسبب الخوف من أن يغير الزوج رأيه فيعارض مواصلتها لدراستها بعد الزواج فيما كان موافقا على ذلك أثناء مرحلة الخطبة فتختصر هي الطريق وترفض كل المتقدمين لها من أول مرة حتى تصل إلى واقع مر اسمه العنوسة .

و يرى الشيخ شمس الدين بوروبي 1998 أن الطموح من أهم أسباب عنوسة المرأة وتعاستها، ذلك أن الحضارة الغربية التي نعيشها و غزوها الفكري لعقولنا صورت للمرأة أنها تعيش في غابة القوي فيها يأكل الضعيف وإن لم تتسلح بالمال والمنصب أو الجمال حتما ستضيع في هذه الحياة، ويأتي تفضيل الشباب اليوم للمرأة المتعلمة العاملة القادرة على تحمل أعباء الحياة معهم ليزيد من قناعة الفتاة بضرورة مواصلة التعليم والحصول على منصب عمل مهما كان الثمن (**بوروبي، 1998، ص 9**).

والحقيقة أن المرأة دائما ضحية سواء تسلحت بالمال والمنصب أم لا، فإن لم تتسلح بهما في مجتمع بات يزن مقادير الناس بما يملكون ينفض الشباب من حولها و لا يجعلون لها قيمة

تذكر، أما إن تسلحت بهما فإنها لاتصل إليهما إلا بعد ذبول زهرة العمر وذهاب أيام الشباب خاصة وأن نظام التعليم في الجزائر يبدأ في سن السادسة إلى غاية 22 سنة على الأقل وقد يصل إلى ثلاثين سنة فما فوق إن قررت الفتاة مواصلة التعليم حتى الحصول على درجة الماجستير والدكتورة، مما يجعل الشباب يبتعدون عنها ويتجهون نحو الأصغر سنا.

وفي هذا الصدد تقول الدكتورة سامية حسن الساعاتي هناك نتيجة مباشرة لتحرر المرأة وتعليمها وانشغالها وهي ارتفاع سن المرأة عند الزواج عما كان عليه من قبل، فالمرأة المتعلمة تعليما عاليا لا بد لها من مواجهة بعض المشكلات، فهي لا تتخرج من الجامعة قبل سن الثانية و العشرين ومعظم النساء في الريف و بعض حضرها يتزوجن قبل هذه السن، فكل سنة من التأخير سوف تقلل من فرص الزواج بالنسبة للمرأة المتعلمة والعاملة مرتين:

- لأن الرجال اللائقين للزواج يقل عددهم نسبيا لأنهم يتزوجون من أخريات.
- لأن عدد الرجال اللائقين يقل بسبب فارق السن **(الساعاتي،1981 ، ص 89).**

وتجدر الإشارة إلى أن وصول المرأة إلى مستوى تعليمي عالي قد يخلق لديها نوع من الغرور بمستواها فتضع مقياس المستوى التعليمي كشرط يجب أن يتوفر في الزوج الذي يتقدم لخطبتها، وقد يصل بها الأمر إلى رفض حتى ذا المستوى التعليمي العالي إذ كان يعمل في وظيفة متواضعة وهذا ما يفسر نتائج بعض الدراسات التي تقول أن أكثر النساء العوانس هن من ذوات المستوى التعليمي العالي ومتحصلات على أعلى الشهادات .

- **الوظيفة:** حيث ترفض أغلب الفتيات المتخرجات من مقاعد الجامعة الزواج قبل الحصول على وظيفة تؤكد من خلالها شخصيتها وتحقق بها ذاتها وتضمن لها استقلالها المالي وتغطي لها تكاليف الزواج الباهظة، فالوظيفة جعلت من الفتاة فردا مستقلا في الأسرة تملك كل الحرية في اتخاذ القرارات و من بينها قرار الزواج .

من جهة أخرى هناك من الرجال من يشترط في الفتاة التي يخطبها أن لا تعمل، و إذا كانت عاملة أن تتخلى عن وظيفتها بعد الزواج، و أمام هذا الشرط تفضل الفتاة الاحتفاظ بوظيفتها على الزواج وتنتظر أن يتقدم لها من يرغب في امرأة عاملة كون العديد من

الشبان هذه الأيام يفضل المرأة العاملة إما لكونه بطالا أو لضعف دخله **(جاب الله،2007، ص52)**.

- **رواسب نفسية لدى الفتاة** وتصورات خاطئة عندها عن الزواج وما قد ينتهي إليه من فشل أو طلاق أو سوء معاملة، و في هذا الصدد يرى الشيخ شمس الدين بوروبي أن هناك أصناف عديدة من الخائفات من الزواج ذكر منها :

❖ **الخائفات على حريتهن** : حيث أن تغير القيم والمعايير الخاصة بالزواج عند الفتاة خلق لديها نظرة تشاؤمية اتجاهه، حيث أصبحت تغيب لديها عوامل الاطمئنان والارتياح لفكرة الزواج، وخوفها المستمر من الفشل في حياتها الزوجية إذ أصبحت تفضل البقاء دون زواج على أن ترتبط بشخص يقيد حركتها، لاعتقادها الخاطئ أن الزواج سجن وقيد يقضي على طموحها وتحررها وتمتعها بالحياة، وتنتشر هذه الفكرة غالبا عند اللواتي يؤمن بالثقافة والأفكار الغربية خاصة المتعلقة بحرية المرأة واستقلالها المادي وما الزواج عندهن سوى الرجوع إلى نقطة الصفر، ولا يمكن أن تتصور الواحدة منهن نفسها زوجة وأما وطاهية ومنظفة، فهن لا يؤمن سوى بالتمتع والانطلاق في الحياة فيفضلن العنوسة على الارتباط بالزواج خصوصا إذا توفر المال و المسكن .

❖ **الخائفات من متطلبات الحياة الزوجية:** وهذه الفئة من الفتيات يغيب لديهن المفهوم الصحيح للزواج على أنه سكن و مودة ورحمة، فهن لا ينظرن للزواج إلا على أنه مسؤولية و خدمة وطاعة و طبخ وتنظيف وانتقال من بيت الوالدين إلى بيت الزوجية، وصراع دائم مع الزوج أو أمه أو أخواته، وهذه الفئة عادة ما تكون فاقدة للثقة بالنفس حيث أنها ترى أنها غير قادرة على إدارة شؤون المنزل و إدخال السعادة إلى قلوب أزواجهن، فيرفضن الزواج بسبب خوفهن من عدم تحمل المسؤولية.

❖ **الخائفات من الرجال** : إذ ترفض الفتاة الرجل لا لعيب فيه و إنما لخوف منه، و عادة ما يكون هذا الخوف ناتجا عن تجارب عاشتها الفتاة أو إحدى معارفها، وفي الأغلب يكون هذا النوع قد نشأ في بيت يسيطر فيه جبروت الأب واحتقاره لهن، و ذلك من خلال

ضربه للأم و بث الرعب داخل البيت، وقد يكون الأخ وحشا كاسرا مع أخواته فلا احترام ولا تقدير بل على العكس من ذلك شتائم وركل ورفس، و بتكرار هذا المنظر يتولد لدى الفتاة كره شديد للرجال وتحسب أنهم جميعا بهذه الشاكلة من سوء الطباع وعنف التعامل وقسوة القلب مما يجعلها تفضل العنوسة على الزواج خوفا من أن تكون إحدى ضحايا العنف الزوجي أو إحدى المطلقات (**بوروبي ،1998، ص42**).

ويشخص لنا الدكتور منذر البدران استشاري الأمراض النفسية شخصية الفتيات اللاتي يرفضن الزواج للأسباب النفسية التالية :

- الشخصية التمامية : وهي الشخصية التي لا ترضى إلا بالكمال التام وهي شخصية قلقة لا يعجبها شيء، تبحث عن المثالية فلا تجدها في الواقع وهي تبحث عن رجل كامل العقل والحسب والنسب والدين فلا تجده وبالتالي تبقى بدون زواج حتى تتعنس.
- الشخصية النرجسية: وهي شخصية مغرورة تظن أنه لا يوجد رجل يليق بمقامها ، فهي شخصية تعشق ذاتها وتبحث عن خصوصية تشبع غرورها المتميز.
- الشخصية الانطوائية : وهي شخصية منغلقة متعتها الوحيدة في وحدتها والمشاركة الوجدانية والعاطفية تعتبر أمر ثانوي لا ضرورة له بالنسبة لها.
- رهبة الزواج: وهي حالة من الخوف تجتاح الفتاة عند وقوعها وجه لوجه مع قرار الزواج، وهذه الحالة تسيطر عليها لدرجة أنها تصرفها عن الموافقة حتى لو كان المتقدم لها مناسبا جدا.
- التقمص السلبي : حيث تتقمص الفتاة شخصية أمها وتتفاعل مع هذا التقمص تفاعلا يؤدي إلى القلق والنفور من الزواج ولاسيما إذا كانت العلاقة الزوجية بين والديها سيئة.
- الاكتئاب: وهو يؤدي إلى إحساس المرأة بالإحباط النفسي واليأس وغياب المتعة والشعور بالذنب فترى في الزواج مسؤولية لا تستطيع تحملها.

ويضيف الدكتور منذر البدران أن الزواج يؤدي إلى الاستقرار النفسي والاجتماعي والعاطفي و إلى نضج الشخصية وتحقيق الذات، ولعل معظم الأسباب النفسية التي تحول دون الزواج و تؤدي إلى العنوسة و هي أسباب قابلة للعلاج في معظمها و لا تحتاج من الفرد سوى الإرادة والنظرة المتفائلة وبعض التشجيع من الأسرة و المجتمع وعدم قياس تجارب الآخرين مهما كانت درجة قربهم من النجاح والفشل (**منذر البدران: العنوسة أسباب وملابسات، الموقع الالكتروني: إسلام أون لاين.نت 12 – 05 – 2001**).

- **الوقوع في الحب:** من البنات من ترغب بالزواج من شخص رسمت شخصيته أو رأته فأحبته، إلا أن والديها يرفضانه لسبب ما، فترفض بدورها الزوج من أي رجل آخر حتى تصبح عانسا، أو قد تحب الفتاة أحدهم فتنتظره و ترفض كل خاطب من اجله وهو لا يتقدم لها حتى يفوتها قطار الزواج و تتعنس .
- **المبالغة في صفات الزوج** حيث أن بعض الفتيات تطلب صفات في الزوج ربما لا يمكن أن تجتمع في رجل، فتجدها كلما تقدم لها خاطب ردته، و تتخذ الأعذار في ذلك هذا طويل وذاك قصير، وهذا ضعيف الشخصية وهذا غير جميل، وهذا نحيف وهذا بدين، وهذا وظيفته غير مرموقة أو راتبه بسيط ،و الأدهى من ذلك أنها قد ترفض شابا لأنه ملتزم و متمسك بشعائر دينه بحجة أنه سيقيد حريتها الشخصية وقد يتجرأ ويطلب منها ارتداء الحجاب فترفضه لتدينه وتخالف بذلك وصية النبي صلى الله عليه وسلم حيث قال " إذا أتاكم من ترضون دينه وخلقه فزوجوه إلا تفعلوا تكن فتنة في الأرض و فساد كبير" رواه الترميدي **(الزمزمي، 2011، ص 21)**
- **الرضوخ للتهديدات:** ربما تقع الفتاة ضحية إحدى الذئاب البشرية و ربما لم ينل منها سوى صورة أو رسالة قصيرة بعثتها له ثم يبدأ بالمساومة وابتزاز الفتاة وتهديدها بإظهار الصورة أو اللقطات إن هي تخلت عنه وتزوجت، فتقع الفتاة في هذا الفخ وترفض كل خاطب خوفا من الفضيحة حتى يفوتها قطار الزواج **(المرجع السابق، ص 27)**.

- **صراع الأدوار:** ففي الماضي كانت الفتاة التي حصلت على قسط بسيط من التعليم تحلم بأن تصبح زوجة وربة بيت، أما الآن فالفتاة لا تفكر في دورها التقليدي فقط كزوجة وأم ولكن كامرأة عاملة تخشى أن تتزوج من رجل يستولي على راتبها وبالتالي تستطيع أن تستغني عنه لأنها لا تحتاجه اقتصاديا **(جاب الله، 2007، ص 64).**

5-2 الأسباب الخارجية: وهي أسباب خارج نطاق الفتاة ويمكن تقسيمها كما يلي :

5-2-1 الأسباب الاقتصادية: ومنها نجد:

- **غلاء المهور:** وهو من أهم أسباب العنوسة ومن أهم العقبات التي تقف في وجه الشباب، فغالبا ما يشترط أولياء الأمور شروطا شبه تعجيزية تجعل الشباب ينفر من الزواج، وما من مقبل على الزواج إلا وتجده مرعوبا من سماع المهر وشروطه وذلك لكون بعض الأولياء ينظرون إلى تزويج بناتهم نظرة مادية بحتة كأنها سلعة للتجارة يتوخى بها الربح العظيم، مخالفين بذلك أوامر النبي صلى الله عليه وسلم في الخفيف في المهور وتيسير الزواج، فالإسلام لم يجعل المهر سلاحا في يد الآباء يعوضون به خسائرهم التجارية، وإنما جعله هدية يقدمها الزوج لزوجته تطييبا لخاطرها وتحببا إليها، وحتى تكون بداية الطريق نحو الزواج سرور يدخله الخاطب على خطيبته، وعادة ما يغالي ولاة الأمور في المهور لمقاصد مذمومة إما متاجرة و طالبا للمال أو مجاراة للأعراف وإتباعا لرأي النساء، أو غرورا ومفاخرة حيث يرى ولي الأمر أن المهر ما هو إلا تعويض بسيط عن ابنته التي لا تقدر بثمن خاصة إذا كانت جميلة وصغيرة ونالت حظا من التعليم أو توظفت في وظيفة مرموقة، كما قد يلجأ إلى المغالاة في المهر بسبب عجزه عن توفير متطلبات جهاز العروس و حتى لا تتناوله الألسن بأنه لم يجهز ابنته بما فيه الكفاية يقوم برفع قيمة المهر ليتمكن من تغطية كل تكاليف العرس دون أن يدري أنه بفعلته هاته يطرد من جاء طالبا لابنته، وقد يسد باب الزواج أمامها نهائيا خاصة إذا بقي مصرا على رأيه.

والجدير بالذكر أن هذه المغالاة في المهور لا نجدها فقط عند الطبقة المتوسطة والفقيرة وإنما نجدها حتى لدى العائلات الغنية بالرغم من إمكانياتها المادية الكبيرة و قدرتها على تيسير المهور إلى أبعد الحدود مساعدة منها للشاب المتقدم لها، إلا أنها لا تتنازل عن طلب مهر كبير ربما رغبة منها في ردع الخاطب كونه ليس من مستواها المادي أو الاجتماعي أو مباهاة أمام أمثالها من العائلات ذات المستوى المادي والاجتماعي المرموق حتى يقال جهاز فلانة بنت العائلة الفلانية (**karadhaoui 1998** **www.balagh.com**) .

- **تكاليف الزواج الباهظة:** حيث أن الأولياء في زماننا لم يكتفوا برفع قيمة المهور فقط وإنما تعدوا ذلك إلى إرهاق الزوج بكثرة الشروط، حيث يقوم ولي الفتاة بكتابة قائمة طويلة عريضة يدون فيها كل ما كان يحلم به هو أو ابنته من متاع الدنيا و أولها البيت المستقل بكامل التجهيزات، إضافة إلى كنوز الذهب والفضة وما غلا من الثياب والأثاث و الذبائح و الهدايا في الأعياد والمناسبات خاصة في فترة ما قبل الزفاف. كما يجب على العريس إقامة حفلة للخطوبة ثم حفلة لعقد القران و أخرى للزواج، وحتى حفلة العرس التي كانت تقام في البيت أصبحت بدعوى التقدم و العصرنة تقام في الفنادق وقاعات الأفراح بدافع المباهاة والمفاخرة والرياء الاجتماعي حتى يقال فلان فعل كذا وكذا، فكيف لا يصعب الزواج وكيف لا ينفر منه الشباب بسبب كل هذه التكاليف الباهظة مع غياب التوازن في معادلة المداخيل والنفقات ، فأين لشاب فقير في بداية حياته العملية بهذه الكماليات وهذه التكاليف التي لا يطيقها إلا القلة القليلة من أثرياء الأمة **(جاب الله، 2007 ،ص 47).**

فبعد أن كان الزواج إعلانا ينفق فيه ما تيسر من قبل الزوج أصبح المقبل على الزواج اليوم يصرف ما أمامه و ما وراءه لتغطية التكاليف وغالبا ما يلجأ إلى الاستدانة التي ينتج عنها في الأخير كراهية وبغض للزوجة و أهلها من قبل الزوج و أهله، ثم شقاق و محاكم ومشاكل لها أول و ليس لها آخر، وكل ذلك بسبب مخالفتنا لهدي الرسول صلى الله عليه وسلم الذي تزوج وزوج بناته بدراهم معدودة لا تعد اليوم في عرف الناس شيئا ، لأن جمع

المال و إنفاقه في هذه الأمور ليس مقصدا شرعيا و لا مطلبا دينيا بل المهم تكوين أسرة مسلمة وإحصان الفروج و إعفاف الرجال والنساء ومنعهم من الوقوع في الحرام .

- **البطالة** : وهي من أهم أسباب تأخر الزواج، حيث يرفض غالبية الآباء تزويج بناتهم لشاب ليست لديه وظيفة ولا يملك مالا أو ميراثا حتى لو كان صاحب دين و أمانة وخلق وعلم وذلك خوفا على بناتهم من الجوع أو العيش من تبرعات وصدقات الآخرين **(الزمزمي، 2011، ص 27).**

فالبطالة إذن هي من أهم العقبات التي تقف في وجه الشباب الراغب في الزواج حيث أن الشاب نادرا ما يتحصل على وظيفة بعد تخرجه مباشرة فيضل يبحث عنها على صفحات الجرائد والمجلات و الانترنيت وفي مكاتب التشغيل حتى يتخطى الثلاثين أو الأربعين وعندما يصبح مؤهلا للزواج فإنه لا يبحث عن الفتاة التي تقاربه في السن وإنما يختار الصغيرة مما يؤدي إلى عنوسة الكثير من الفتيات في مثل عمره .

- **أزمة السكن:** وهي أيضا من أهم العوائق التي تواجه الشاب المقبل على الزواج، خاصة إذا كان من شروط أهل العروس توفير مسكن خاص سواء في محيط الأسرة (هذا إذا كانت عائلته في حد ذاتها لا تعاني أزمة السكن) أو بعيدا عنهم و يعد هذا الشرط من الشروط التعجيزية التي تدفع الشاب إلى صرف النظر عن الزواج خاصة إذا كان غير قادر حتى على كراء بيت كحل مؤقت نظرا لضعف دخله و لغلاء الكراء خاصة في المدن الكبرى **(جاب الله، 2007، ص 65).**

- **رغبة الفتاة وأهلها في الزواج من رجل غني** أيا كان نوعه وكيفما كان دينه حتى ولو كان فاسقا، فترفض هي أو وليها كل خاطب فقير أو متوسط الحال لأنها تحلم بأن تسكن بيتا أنيقا و تركب سيارة فاخرة و تلبس ثيابا راقية مقلدة بذلك الممثلات على شاشة التلفيزيون أو بعض صديقاتها أو قريباتها من ميسورات الحال .

- **طمع الأولياء في راتب الفتاة** : حيث يمتنع الولي عن تزويج الفتاة مع تقدم الكفء لها ورضاها به طمعا في راتبها ليعينه في تغطية مصاريف أبنائه الآخرين ويتحجج بأن

المتقدم ليس أهلا لابنته ويظل على هذا الخال حتى تتعنس و لا يرغب فيها أحد. ولا يفعل هذا الفعل إلا رجل سيئ الطباع ضعيف الدين ناقص العقل، يضيع مستقبل ابنته مقابل حفنة قذرة من المال سوف يموت ويتركه.

- **تقصير الدولة في تقديم المساعدة للشباب الراغب في الزواج:** حيث تعد الدولة المساهم الأكبر في نسبة العنوسة بسبب عجزها عن توفير مناصب العمل والسكن، وكذا عدم تقديمها مساعدات مالية أو قروض للشباب المقبل على الزواج (**الزمزمي، 2011، ص 29**).

5-2-2 الأسباب الاجتماعية: ليست الأسباب الاقتصادية وحدها من تقف وراء تفشي ظاهرة العنوسة وإنما هناك أيضا أسباب اجتماعية لا تقل أهمية وخطورة عن الأسباب الاقتصادية و منها:

- **هجرة الشباب إلى الخارج:** مما يقلل فرص زواج الفتيات والهجرة إلى الخارج تكون إما من أجل العمل بسبب ضعف فرص التوظيف و قلة المداخل مقارنة بالمصاريف، حيث أن أغلب الشباب لا يكون مسئولا عن نفسه فقط وإنما حتى عن والديه وأخوته، أو من أجل مواصلة الدراسة و عند رجوعهم (هذا إن رجعوا أصلا) يحملون شهادتين شهادة العلم وشهادة الزواج من أجنبية، وزواج الشاب من أجنبية يعني أن بنتا من بنات بلده ستصبح عانسا. و لعل من أهم الأسباب التي تدفع الشباب إلى الزواج من أجنبيات هو الطمع في الحصول على الجنسية الأجنبية و كذا انخفاض تكاليف الزواج هناك.
- **العادات والتقاليد:** حيث نجد أن هناك العديد من الأسر مازالت متمسكة بما مشى عليه الآباء والأجداد لاسيما فيما يتصل بالزواج، ومن العادات البالية التي نتج عنها ارتفاع نسبة العنوسة في المجتمع حجر الفتاة على أبناء عمومتها أو أقاربها حيث تكره الفتاة على الزواج بأحد أقاربها دون النظر إلى الرغبة والتوافق النفسي بينهما، وقد يرفض قريبها الزواج منها فتبقى رهينة له و للتقاليد التي فرضت عليها ذلك، كما أن الولي قد يرفض تزويج ابنته للمتقدم لها لأنه ببساطة ليس من نفس القبيلة أو ليس من جهتهم أو

اعتقادا منه أنه أفضل حسبا ونسبا من الخاطب رغم أن النبي صلى الله عليه وسلم قال: " من بطأ به عمله لم يسرع به نسبه"، فالنسب لم ينفع أبا طالب و أبا جهل و أبا لهب، فبالرغم من كونهم من أشرف العرب حسبا و نسبا إلا أنهم في النار خالدين.

ومن العادات التي ساهمت أيضا في انتشار العنوسة رفض الولي تزويج البنت الصغرى قبل الكبرى و ذلك خوفا من أن يعتقد الناس أن بالبنت عيبا ما، وقد تبقى البنت الكبرى دون زواج سنين عديدة فتبقى معها أختها وبدل عانس واحدة في البيت تصبح اثنتين وقد يمتد العدد إلى أكثر من ذلك إذا كان عدد البنات في البيت كبير، وعادة ما يؤدي هذا التصرف إلى نشوب الحقد والنزاع وحتى العداوة بين الأخوات بسبب تعنت الأب وتمسكه بأفكار ما أنزل الله بها من سلطان.

أما في بعض البلدان المسلمة كباكستان مثلا فنجد نوع آخر من العادات والتقاليد وهذه المرة ليس أهل العروس من يملي شروطه على العريس وإنما العريس هو صاحب الشروط حيث تفرض العادات على المرأة تجهيز بيت الزوجية من الوسادة إلى السيارة دون أن يدفع العريس روبية واحدة وهذا ما أدى إلى ارتفاع سن الزواج لدى الفتيات **(الموقع الالكتروني: www.info@ balagh.com)**.

- **اشتراط مستوى اجتماعي واقتصادي معين:** وهنا يمكن الحديث عن الطبقة الاجتماعية إن صح التعبير، فإذا كانت عائلة الفتاة تتسم بالوجاهة الاجتماعية والثراء وتقدم لها شاب من طبقة ومستوى أقل بالنسبة لها فإنه يرفض لأنه ليس من نفس المستوى ولا يوجد تكافؤ بين العائلتين حتى وإن كان الشاب المتقدم ذو أخلاق عالية وعلم وحتى وظيفة محترمة ومن عائلة يشهد لها بالاحترام، لأن هم العائلة الأول هو مصاهرة من هم في نفس وضعها الاجتماعي المرموق حتى لو كان ذلك على حساب سعادة ابنتهم، وهكذا تبقى العائلة تنتظر صاحب المكانة المرموقة وتبقى الفتاة تترقب مجيئه وبساط العمر يسحب من تحت رجليها.
- **سوء سمعة الأسرة:** كأن تكون الأم متسلطة أو سيئة أو أن يكون الأب مدمنا أو سجينا أو يكون الأخ سيء السيرة بين الناس ويعرف بالفجور والجريمة، فيتحاشى الشاب خطبة هذه البنت خوفا من السمعة السيئة أو لما قد يلحقه من ضرر وخطر من معاشرة أهلها،

فالسلوك السيئ للأسرة سبب من أسباب العنوسة وعدم تقدم الناس لخطبة بناتها (**الزمزمي ،2011، ص 26**).

- **تعدد مرات خطوبة الفتاة:** قد يكون من أسباب تأخر زواج الفتاة تعدد خطوباتها السابقة ، فبعض الشباب ينئون عن الزواج من فتاة تمت خطبتها أكثر من مرة فيما قبل (**الموقع الالكتروني: www.info@ balagh.com**).
- **ضعف الوازع الديني و انتشار الرذيلة والفساد** : حيث يلجأ بعض الشباب إلى تصريف شهواتهم بطرق غير مشروعة مما يؤدي إلى عزوفهم عن الزواج وزهدهم فيه وتسويفهم له رغبة في الحرية وعدم الالتزام بالمسؤولية و خوفا من خيانة الزوجة لهم لأنهم يعتقدون خطا بأن كل النساء خائنات ومنحرفات وكذا غياب المفهوم الصحيح للزواج لديهم باعتباره سكنا ومودة و رحمة قبل أن يكون مظاهر وأيضا نظرا لجهلهم لفوائد النكاح التي منها إعفاف النفس و الابتعاد عن الفتن وجلب الرزق وتكفير الذنوب و الوقاية من الأمراض (**خالد بن سعود البليهد، binbulihed@gmail.com**).
- **غياب دور المؤسسات الاجتماعية** والهيئات غير الحكومية في إيجاد حلول عملية واقعية تتناسب مع طبيعة المجتمع للحد من تفشي ظاهرة العنوسة .

– **غياب دور الأسرة** في توعية أبنائها وتربيتهم على تحمل المسؤولية وتصحيح نظرتهم للزواج .

– **رغبة الآباء في الإبقاء على بناتهم لخدمة أخواتهن:** وعادة ما يحدث هذا مع البنت الكبرى فإذا كانت الأم مريضة أو مطلقة أو متوفية فيرفض الأب تزويج ابنته لتخدم أخواتها وتعينه على تربيتهم (**البنا، بدون سنة، ص 9**).

5-2-3 الأسباب الثقافية :

- **تشويه صورة تعدد الزوجات:** فالرجل في مجتمعنا يعتبر مجرما إذا ما فكر في الزوجة الثانية فما بالك بالثالثة والرابعة رغم إباحة الشرع أن ينكح ما طاب له من النساء مثنى وثلاث ورباع مع توفير طبعا شرطي العدل و الاستطاعة المادية ولعل من أهم الأسباب التي أدت إلى تشويه صورة تعدد الزوجات هو جهل المرأة و الرجل على حد سوء لمعنى التعدد باعتباره ستر وعفاف لامرأة أخرى، وكذلك لسوء قيام الرجل المعدد بمسؤولياته

تجاه زوجته الأولى وأولاده، حيث أن بعض الرجال وباسم التعدد وتحت لوائه يقومون بالتخلي عن مسؤولياتهم اتجاه الزوجة الأولى ويركضون وراء الثانية وهم بذلك لا يعرفون من معنى التعدد سوى جانب الفراش (**بورويبي، 1998، ص 65**).

وهناك العديد من الصعوبات التي تواجه التعدد في مجتمعنا أهمها الحالة المادية للزوج، فالكثير من الأزواج لا يقدر على فتح بيتين معا نظرا لمتطلبات الحياة الكثيرة مقابل دخله المحدود الذي قد لا يكفي حتى لتغطية احتياجات البيت الأول فما بالك ببيت ثاني أو ثالث أو رابع و بالتالي يكتفي بزوجة واحدة فقط، ومن الصعوبات أيضا رفض الكثير من الزوجات لفكرة أن تتشارك في زوجها مع امرأة ثانية إذ تعتبر ذلك خيانة لها وتجبر بذلك زوجها على التخلي عن فكرة الزواج من ثانية كي يتفادى المشاكل بين الزوجات وحتى لا يضع نفسه في صراعات لها أول و ليس لها آخر بسبب الغيرة، من جهة أخرى قد يترتب عن زواج الرجل من ثانية تطليق الأولى كشرط تضعه الثانية مقابل أن توافق على هذا الزواج (حتى وإذ كان هذا الرجل هو فرصتها الوحيدة للزواج بعد أن ضمت إلى قائمة العوانس إلا أنها لا تلبث وتضع شروطها) وهنا يكون الرجل بين خيارين طلاق وزواج فإذا طلق الأولى وتزوج بالثانية يكون قد أنقص عانسا من قائمة العوانس ولكنه بالمقابل أضاف مطلقة إلى قائمة المطلقات وما أكثرهن ناهيك عن مصير الأولاد والدوامة التي يقعون فيها بسبب الطلاق .

وتجدر الإشارة إلى أنه حتى و إن رضيت الزوجة بالتعدد كونه شرع الله وكحل للعنوسة إلا أن نسبة العنوسة تبقى كما هي هذا إن لم تتزايد نسبتها لسبب بسيط هو أن الرجل عندما تتاح له فرصة الزواج بأخرى فإنه نادرا ما يقصد صاحبة الثلاثين والأربعين بل يلجأ إلى خطبة الصغيرة التي لم تتجاوز العشرين أو تجاوزته بقليل لأنه يرى في كبيرة السن (العانس) نموذجا لزوجته الأولى وما أراد التعدد إلا لتغيير النموذج الأول، وقد يلجأ إلى الصغيرة أيضا إذا كان هدفه من التعدد هو إنجاب الأطفال حيث يتحاشى الزواج بالعانس لانخفاض خصوبتها، والأمر سيان بالنسبة للرجل الذي لم يسبق له الزواج ويكون متقدما في السن (الأربعين فما فوق) فإنه لا يرضى أن يتزوج بمن تقربه سنا بل يخطب الأصغر منه بكثير ولا يكون حظ العانس سوى شيخ في الستين أو السبعين أو الذي توفيت زوجته وتركت له أولاد، إذ غالبا ما يفضل الأرمل المرأة الكبيرة الرزينة العاقلة القادرة على تحمل مسؤولية

الأولاد على الفتاة الصغيرة الطائشة التي ليس لها خبرة في الحياة (**جاب الله، 2007، ص 76)**.

- **طبيعة العمارة:** حيث أن تخطيط المدن الإسلامية كان له الأثر الكبير في المساعدة على إتمام الزواج وفي هذا الصدد يقول مختار الكيساني أستاذ العمارة الإسلامية بجامعة القاهرة " كان التخطيط الرئيسي للمدن مكونا من شارع رئيسي تتفرع منه عدد من الحارات والأزقة بشكل يسمح بالامتداد العمراني بنفس الأسلوب، و كان أهم ما يميز تلك الحارات السكان الذين يتم توزيعهم بطريقة متميزة جدا، فقد كان أهم ما يضعه المخطط للمدن الإسلامية في اعتباره هو علاقات حسن الجوار، هذا الأخير كان يسهل علاقات النسب والزواج بين الأفراد، أما عن تخطيط المساكن اليوم فيرى المختصون أنها تحولت إلى ما يسمى بالعمارة اللاأخلاقية مما أدى إلى ازدياد معدلات العنوسة و هذا ما يشرحه مختار الكسباني بقوله أن البيوت العربية الطراز كانت ذات طابع يحافظ على أسرار البيوت حيث أن الأسقف كانت عالية ومعزولة بالخشب الذي لا يسرب الصوت بسهولة بخلاف البيوت الحديثة التي تسمح بمرور الصوت خارجها و هو ما يجعل أسرار البيوت معلنة للبيوت المجاورة لها، وهذه الأمور تجعل الجيران يطلعون على أسرار بعضهم البعض مما يقلل الثقة بينهم حيث لا يرى الشاب ابنة الجار مناسبة له لسوء سمعة أسرتها فيخاف أن تكون مثلهم بالإضافة إلى ضيق البيوت نفسها مما جعل حياة سكانها أكثر عصبية وميلا للشجار بخلاف تصميم البيوت العربية قديما ذات الصحن الواسع الذي يزرع فيه الشجر والورد مما يؤدي إلى الراحة النفسية.

أما اليوم فإن الشاب والفتاة عندما يتذوق المعاناة في البيت الضيق فإنه لا يكررها حيث ينتظر حتى يجمع المال ليشتري مسكنا واسعا ولن يتحقق له ذلك حتى يبلغ الخامسة والثلاثين أو الأربعين (**مختار الكسباني: الموقع الالكتروني: www .al-Imam.com.**).

- **محاكاة الغرب** و تأثر العديد من الفتيات بالقيم الغربية الوافدة مثل عدم التزامهن بالاحتشام في الملابس و مجاراة الغرب في سلوكهم و انتشار ما يسمى بالصداقة بين الجنسين والسفور الفاحش، مما ينفر الكثير من الشباب من الاقتران بهن، ذلك أن المجتمع يحترم الفتاة المحترمة، و الشاب عندما يفكر في الارتباط لن يفكر سوى فيمن سوف تحمل اسمه فيما بعد و فيمن تستحق من وجهة نظره هذا الاسم (**حسن وآخرون،2009، ص 21)**.

- **نشر الإباحية في وسائل الإعلام** و التي تترك أثارها على كل من الفتاة والفتى فالشاب يبحث عن زوجة تتوافق مواصفتها مع الممثلة كذا، والفتاة تلهث وراء وسائل التجميل للتشبه بالمغنية أو المذيعة الفولانية وهذا طبعا لا يحصل ، خاصة أن أغلب هؤلاء يقمن بالكثير من عمليات التجميل للحصول على الشكل الذي هن عليه، وهذا الأمر قد يدفع ببعض الشباب إلى تفضيل الفتاة الأجنبية التي تتمتع بمواصفات قريبة من تلك التي رآها عبر وسائل الإعلام مما سيؤدي إلى زيادة العنوسة في أوساط بنات البلد .

و لوسائل الإعلام دور آخر في موضوع العنوسة يتمثل في المسلسلات الأجنبية وحتى المحلية التي ساهمت إلى حد كبير في انسلاخ الفتاة عن جذورها الثقافية والذوبان في ثقافات أخرى من خلال عرضها لقصص الحب الرومانسية والتي جعلت الفتاة تعيش في دوامة من الأحلام الزائفة وتغير الكثير من المعايير الخاصة بالزواج، حيث أصبحت مثلا ترى الحب قبل الزواج شرط أساسي لنجاح الحياة الزوجية.

و بالموازاة مع بثها لهذه المفاهيم المغلوطة التي أدت إلى تأخر سن الزواج نجدها تمتنع عن تقديم برامج عن الثقافة الأسرية (الزواج، التنشئة الأسرية ، العلاقة الزوجية ، التربية الجنسية .....الخ.) وتتحاشى طرح موضوع العنوسة على بساط النقاش لإيجاد حلول لها وتحسيس المجتمع بخطورة هذه الظاهرة **(قاطرجي، بدون سنة، ص 16).**

5-2-4 الأسباب البيولوجية:

- **الجمال :** فكل من يتقدم لخطبة فتاة ما فإن أول معيار ينظر إليه هو الجمال ومدى فتنة هذه الفتاة مخالفا بذلك وصية النبي صلى الله علبه وسلم بالضفر بذات الدين وحتى الجمال في حد ذاته يخضعه بعض مريضي القلوب إلى شروط عديدة كأن تكون الفتاة بوزن كذا وطول كذا و لون البشرة كذا ولون الشعر والعينين كذا و لا يهم إن كانت هذه الجميلة ذات أخلاق ودين، وهذا ما حذر منه النبي صلى الله عليه وسلم حين قال " إياكم وخضراء الدمن " قيل ما خضراء الدمن؟ قال: "المرأة الحسناء في المنبت السوء" (رواه الدارقطني) وقد يمضي الخاطب شهورا إن لم نقل سنوات وهو يبحث عن الحسناء التي ترضيه، وينتقل من بيت إلى آخر و كأن بنات الناس سلعة معروضة لمن هب ودب، وقد يرفض هو من قبل الحسناء النى يجدها لأنه ليس جميلا في نظرها كما أنه قد تكون

له أخت تتعنس لنفس السبب وهو الجمال إلا أن ذلك نادرا ما يدفعه إلى تغيير رأيه والكف عن البحث عن الحسناوات.

و إذا كان هذا حال من لا يعانين من أي عيب ظاهر فما بالك باللواتي ابتلين بعيب خلقي ما كأن تكون عرجاء أو لها عيب في عينيها أو أحدهما أو تكون فاقدة لأحد أعضاء الجسم أو حتى أي عيب خلقي بسيط ظاهر، فهذه الفتاة في نظر بعض الرجال والنساء من ضعيفي الإيمان تشطب نهائيا من قائمة الزواج و تضم تلقائيا إلى قائمة العوانس حتى لو كانت صغيرة وجميلة و مهرها يسير وذات علم وخلق ودين .

- **الاقتراب من سن اليأس أو بلوغه** إذ عادة ما يتجنب الرجال الزواج من امرأة قاربت سن اليأس أو بلغته لانخفاض معدل خصوبتها أو انعدامه تماما ، اللهم إلا إذا كان أرملا أو مطلقا و له الكثير من الأولاد أو شيخا طاعنا في السن يبحث عمن تقوم بخدمته ورعايته **(جاب الله، 2007، ص 64).**

نستنتج مما سبق أن أسباب العنوسة كثيرة ومتنوعة و متداخلة، منها ما يتعلق بالجانب الاقتصادي كغلاء المهور والبطالة وأزمة السكن ومنها ما هو اجتماعي يتعلق بطبيعة المجتمع وتركيبته وعادته وتقاليده ومنها ما هو ثقافي كتغير القيم و المعايير الخاصة بالزوج و الانفتاح على الثقافات الغربية وكذلك الإعلام الفاسد الذي ما انفك يعظم صورة المرأة المتحررة وينقل صورة مشوهة عن الزواج لاسيما ما يتعلق بالتعدد، بالإضافة إلى الأسباب النفسية التي تتعلق بشخصية الفتاة ومعتقداتها و مفاهيمها الخاصة عن الزواج وأهدافه.

6- آثار ونتائج العنوسة:

لقد أفرزت مشكلة العنوسة العديد من الآثار التي تهدد الفتاة وأسرتها و كذا المجتمع وتماسكه وتظهر آثار العنوسة على عدة مستويات هي:

6 - 1 آثار العنوسة على الفتاة:

في الماضي كان الأهل إذا تخطت بناتهم سن الرابعة والعشرين ولم يتزوجن يدقون ناقوس الخطر إذ أن معنى ذلك أن هناك مشكلة خطيرة تحتاج إلى حل سريع، فيبادر الأب إذ كان متمكنا ماديا إلى تأمين المسكن الجيد و يسارع إلى الإعلان أمام الأهل والأصدقاء والجيران أنه قد قدم لابنته شقة كهدية لزواجها، وهكذا يبدأ العرسان بالتوافد حتى يأتي

صاحب النصيب، أو يبدأ بالتلميح و أحيانا حتى بالتصريح لأصدقائه وأقاربه برغبته في مصاهرتهم ولكن الأمر تبدل اليوم كثيرا فالفتاة أصبحت تتخطى الثلاثين وحتى الأربعين والأهل نائمون لا يدركون حجم المشكلة إلا عندما يتقدم إليهم الشخص المناسب في نظرهم ولكن للأسف تكون مقاييسه هو غير مناسبة، إذ أنه يجد أن عمر الفتاة لا يناسبه لأنه يريد أن يتزوج حتى ينجب الأولاد واحتمال إنجاب الأولاد لدى المرأة يبدأ بالتناقص بعد الثلاثين وهو لا يستطيع الانتظار، وهكذا تتحطم أحلام الفتاة التي كانت تتمنى الزواج من شاب مناسب لها، و تدرك عندئذ أن الوقت بدأ يفلت منها وأنها إن أرادت الزواج عليها أن تتنازل عن معظم شروطها فلا تنظر إلى فارق العمر ولا إلى الوضع الاجتماعي: أعزب، متزوج، مطلق، أرمل، صاحب أولاد، لا يهم المهم أن تلحق بعمرها الذي يتساقط من بين يديها وتنجو من هذه الدنيا بطفل صغير يحميها في شيخوختها فإن وفقت في الزواج كان ذلك، وإن لم يتم هذا الأمر فإنها تبدأ مرحلة جديدة من المعاناة والتي يمكن أن تقرأ في تصرفات وكلمات الفتاة العانس وفي عيونها التي تتخبط فيها مشاعر الألم والحزن على النفس من جهة، و مشاعر الغيرة والحسد من المرأة المتزوجة من جهة أخرى، وقد يدفع هاجس الارتباط الفطري ببعض الفتيات إلى فعل المستحيل للحصول على زوج، فتبدأ في مشاركة الأصدقاء والأصحاب حفلات الرقص والسهر بل إن هذا الأمر قد يصبح أمرا مطلوبا من أجل التعرف على الشخص المناسب، وإن وجدت هذا الشخص وأحبته فإنها تقدم كل التنازلات لجذبه إليها ودفعه إلى الزواج بها، والرجل نادرا ما يقع في هذا الفخ، لأن الرجل العربي يمكن أن يصاحب الفتاة ويكن لها كل مشاعر الود ولكنه قلما يفكر في الارتباط بها، فهو يوم يقرر الزواج سيتزوج من امرأة أخرى لم تصاحب أحد، وعندئذ يتغير مصير هذه الفتاة عند أول صدمة تتلقاها وتبدأ بعدها بالتنقل من شاب إلى آخر على أمل تحقيق حلمها في الزواج، وعندما تصل إلى مرحلة تقتنع فيها بصعوبة تحقيق هذا الحلم تكتفي عندئذ بالعلاقات غير الشرعية ويتحول الزواج في نظرها إلى قيد يقيد حرية المرأة ويقف في وجه طموحاتها (**حسن و آخرون، 2009، ص 54).**

وعلى العموم يمكن أن نجمل آثار العنوسة على الفتاة فيما يلي:

6 – 1 – 1 الآثار الجسمية:

تشمل الذبول وشحوب الوجه واللون وشيب الرأس وتخدد الوجه بسبب كثرة التفكير والسهر والحزن على ما مضى والخوف مما سيأتي، وتجدر الإشارة إلى أن العانس غالبا ما تحاول إخفاء هذه الآثار بالإفراط في استعمال مواد التجميل، حيث نجدها تلهث وراء الماركات العالمية وتحرص على اقتناء أفخر الثياب محاولة منها للحفاظ على جمالها وجاذبيتها (**عبد الله، 2005، ص 101**).

6 – 1 – 2 الآثار النفسية:

- **الشعور بالإحباط والحرمان** حيث أن المرأة بفطرتها تميل إلى الأنس مع من يشاركها حياتها وعدم ممارسة هذا الحق يؤدي إلى إصابتها بالإحباط وخيبة الأمل، و في هذا الإطار يرى أطباء النساء والتوليد أن المرأة يحدث لها عدم التوازن إذا اقتربت من سن اليأس، فإذا لم تتزوج وتنجب تبدأ الحالة النفسية عندها بالاضطراب مما يترتب عليه إصابتها بالقلق والاكتئاب، كما أن الخصوبة عند المرأة تصل إلى القمة في الخامسة والعشرين وبعد ذلك تقل تدريجيا حتى سن اليأس، ونتيجة للاضطرابات الهرمونية التي تحدث بالاقتراب من سن اليأس تصبح نسبة الحمل في تناقص مستمر و تزيد بذلك نسبة العقم عند المرأة كلما اقتربت من سن الأربعين، كما تزيد نسبة احتمال إنجابها لأطفال معاقين بعد تجاوزها الأربعين، وهي أمور عادة ما تزيد الحالة النفسية للفتاة العانس سوءا.
- **العدوانية:** حيث تلقي العانس اللوم على المجتمع الذي أعرض عنها وتشعر بالغيرة من بنات جنسها المتزوجات خاصة من هن أصغر منها.
- **الشك وسوء الظن** : حيث تعتقد العانس أن كل نجوى بين اثنين المراد بها السخرية منها والاستهزاء بها فتظل تؤول وتفسر كل تصرفات ونظرات المحيطين بها وقد تدخل معهم في شجارات ونزعات لها أول وليس لها آخر.

- **العزلة والانطوائية:** حيث أن ملاحقة الأنظار للفتاة العانس ومجاملتها بالتمني لها بالزواج وكثرة ترديد الأقاويل عن القسمة و المكتوب يدفعها إلى الهروب من مواجهة الناس وتفضيل العزلة أو مصاحبة من هن في مثل وضعها.
- **الشعور باليأس و الفشل وفقدان القيمة:** هذا لأن الفتاة تربى وتنشأ اجتماعيا على أن قيمتها في المجتمع مرتبطة بالزواج وبالإنجاب، فإذا فشلت في ذلك فإنها تحس بأن لا دور لها في الحياة أو لا حياة لها أصلا خاصة إذا كانت غير متعلمة وغير عاملة .
- **فقدان التوازن النفسي:** حيث تصاب الفتاة بنوع من عدم التوازن في شخصيتها ويظهر ذلك في سلوكها المتناقض في تعاملها مع الآخرين، وحتى وإن تزوجت في وقت متأخر فإنها تستمر في مشاعر الضيق والنفور من المجتمع بما في ذلك الزوج والذي يجب حسب اعتقادها أن لا يشعرها بالفضل والمنة لأنه تزوجها.
- **الانتحار:** حيث أن رؤية الفتاة لقريباتها وصديقاتها يخطبن ويتزوجن قد يصيبها باضطرابات نفسية عميقة خاصة في ظل عدم تفهم الأهل لحالتها، وقد يدفعها ذلك إلى التفكير في الانتحار ووضع حد لحياتها المزرية، وفي هذا الصدد يرى عبد الرحمان النجار مدير مركز السموم بجامعة القاهرة أن الفتاة التي تحاول الانتحار تود إحداث صرخة من أجل إيجاد من ينقذها وأن الفتيات اللائي يقدمن على الانتحار تتجاوز أعمارهن 30 عاما أي بعد شعورهن بأنهن تخطين العمر المناسب للزواج معتبرا أن النساء مغلوبات على أمرهن ولهذا يقدمن على الانتحار للتخلص من حالة القهر(**نواب الدين، 1994، ص 97**).

6 – 1 – 3 الآثار الأخلاقية:

- **الانحراف والانحلال الأخلاقي:** وهو من أهم أخطر ما يمكن للعنوسة أن تسببه وتظهر انعكاساته على العانس و المجتمع على حد سواء، ومن ذلك البغاء والزنا وتجارة الجسد والاسترزاق بالفروج وخراب البيوت، فالعانس التي لم تتسلح بالإيمان

القوي تجد نفسها مدفوعة إلى الزنا تحت ضغط الغريزة الجنسية أو بسبب تصديق الوعود الزائفة والكلام المعسول الذي يتقنه فنانو اصطياد العوانس، وبعد الخطيئة العابرة يبدأ الاحتراف للاسترزاق.

ولعل ما تنشره الجرائد اليومية الجزائرية لخير دليل على ذلك، فمن المخدرات والخمور إلى المداهمات لأوكار الدعارة في مختلف ولايات الوطن، إلى جثث الرضع حديثي الولادة والتي توجد أكثرها مرمية في أماكن القمامة والمساكن المهجورة وأمام المساجد، بالإضافة إلى كثرة الأطفال غير الشرعيين والذين بلغ عددهم 1485 طفل في السداسي الأول لسنة 2007، دون أن ننسى الإجهاض سواء بتناول مواد معينة أو باللجوء إلى أطباء متواطئين مقابل مبالغ مالية، المهم أن تتخلص من العار الذي لحق بها وبأسرتها (**جاب الله، 2007، ص 68**).

- **التأمر والكيد:** حيث تدفع مشاعر الحقد والحسد الفتاة العانس إلى تدبير المقالب والمؤامرات للتنكيد على من هم سعداء ومستقرين في حياتهم الزوجية، وقد يصل بها الحال إلى السحر والشعوذة.
- **اصطياد الشباب بشتى الوسائل الممكنة** ،كالسحر،الهاتف، الانترنت، التعري، التبرج السافر وارتياد النوادي والسهرات والحفلات ....الخ.
- **التسرع في الزواج:** وذلك هروبا من شبح العنوسة بغض النظر عن وجود التكافؤ أم لا مما يؤدي غالبا إلى الطلاق المبكر (**العفيفي، 1998،ص 56**).

6– 1 – 4 الآثار الصحية:

- التوتر العصبي الدائم وما ينتج عنه من أمراض كضغط الدم والقولون وقرحة وحموضة المعدة والمزاج العصبي الثُائر.
- اختلال وظائف الغدد بسبب التوتر الزائد مما ينتج عنه الإصابة بعدة أمراض كالسكري و مشاكل الغدة الدرقية والبدانة أو النحافة المفرطة.

- كثرة الأورام الليفية مابين سن 30 و45 سنة حيث أن المرأة إذا وصلت إلى هذا العمر ولم تتجب فإنه حسب الأطباء هناك علاقة بنسبة 10 % بين هذه الأورام و عملية الإنجاب، كما أن استئصالها يؤثر على عملية الحمل والولادة فيما بعد وحسب أطباء النساء فإن كل امرأة تلد بعد سن 35 سنة تعد في سن الإنجاب المتأخر خاصة و أن بويضاتها تكبر معها مما يزيد من احتمال إنجاب أطفال معوقين.
- إصابة العوانس اللواتي اخترن طريق الانحراف بالأمراض الجنسية كنقص المناعة المكتسب (الإيدز) والزهري والسيلان والتهاب المهبل وقمل العانة وسرطان اللسان ....الخ جراء ما جنت أيديهن (**الزمزمي، 2011، ص 24**).

وتجدر الإشارة إلى أنه ليس كل الفتيات العوانس يعانين من هذه الآثار، فهناك من الفتيات من وصلنا إلى مرحلة القناعة والرضا بقضاء الله تعالى وصرفن تفكيرهن عن موضوع الزواج إلى مواضيع أخرى مثل العلم أو العمل أو الاهتمام بالشأن العام أو الاهتمام بالأهل والعناية بأبناء الإخوة والأخوات .

6 – 2 : آثار العنوسة على المجتمع:

6 – 2 – 1 الآثار الاجتماعية :

- **قلة النسل:** فالإنجاب مقصد أساسي من مقاصد الزواج، والعنوسة تنفي هذا المطلب من أساسه، فعدم الزواج يؤدي حتما إلى عدم استمرار نسل العائلة وبالتالي عدم استمرار اسمها.

- **تفكك العلاقات الزوجية:** وذلك من خلال العلاقات غير الشرعية التي يقيمها الأزواج مع بعض العوانس، فالعانس إذا لم تتح لها فرصة الزواج المعلن عنه تلجأ إلى قبول الزواج حتى من رجل متزوج و لو في السر، وإذا بلغ الخبر الزوجة الأولى فإما أن تطلب طلاق الزوجة الثانية أو أن تطلب طلاقها هي، وبالتالي تتفكك الأسرة ويدخل الزوجين في صراعات بسبب اتهام كل طرف للآخر وتحميله مسؤولية ما آلت إليه علاقتهما الزوجية.
- **القمع الذكوري للعانس:** إذ غالبا ما تتعرض المرأة العانس ولاسيما الماكثة في البيت لسوء المعاملة من طرف الأب أو الإخوة الذين يعتبرون هذه المعاملة السيئة بمثابة حماية لها، فهذا القمع في نظرهم مجرد تخويف للفتاة حتى لا تفكر في فعل أي شيء يسيء لسمعتها وسمعة أسرتها بالدرجة الأولى(**Arafa mouhamed et al www. Islam online.net**).
- **انتشار الزواج السري:** وهو الزواج الذي يوصي فيه الزوج زوجته والشهود بكتمانه عن الناس خوفا من أهله أو من زوجته الأولى أو خوفا على مركزه وسمعته، و غالبا ما يتم عرفيا دون توثيق لدى المصالح الإدارية، والخاسر الأكبر في زواج السر هي المرأة لأنها لا تحمل دليل زواجها، فإن حملت اتهمت وإن مات زوجها لم يعترف ورثته بها زوجة لابنهم أو لأبيهم ولا بولدها، ولا تملك من الإثبات ما تقنع به أولادها أنهم من فراش حلال (**بوروبي، 1998، ص163**).
- **ضعف الروابط الاجتماعية** :حيث أن عدم الزواج يحرم المجتمع من الروابط الاجتماعية التي تربط الناس برباط المصاهرة والنسب، إضافة إلى غضب بعض الأسر من أقاربهم نتيجة عزوف شبابهم عن الزواج ببناتهم.
- **القتل خوفا من الفضيحة** : قد تدفع العنوسة الفتاة للانحراف وعندما تكتشف أسرتها ذلك قد تقدم على قتلها خوفا من العار والفضيحة.

- **كثرة الطلاق:** حيث أن الفتاة قد تندفع إلى زواج غير متكافئ للتخلص من واقعها وقد يحدث ذلك من جنسيات واديان أخرى و غالبا ما ينتهي بالطلاق.
- **انتشار بعض العادات الجاهلية** كالسحر والدجل والشعوذة حيث يلجأ إليها بعض ضعاف النفوس لحل مشكلة العنوسة.
- تحدث العنوسة آثارا نفسية سيئة على كل أسرة فيها عانس، حيث يشعر أفرادها بالهم والغم بل بالخزي والعار في بعض المجتمعات بسبب الخوف من نظرات الناس وتفسيرها بغير معناها واعتبارها نوعا من الاتهام لهم ولبناتهم، مما يؤثر بصورة سلبية على العلاقات الاجتماعية بين أفراد المجتمع (**عبد الله، 2005، ص 76**).

6 – 2 – 2 الآثار الاقتصادية:

- زيادة الضغط النفسي والعصبي على الفتاة العانس تؤدي إلى نقص كفاءتها المهنية مما يحول بينها وبين الإنتاج و العمل المتميز .
- تقلص فرص الشباب في العمل حيث أن أغلب العوانس يلجأن للعمل إما لتأمين مستقبلهن أو هروبا من واقعهن، و عادة ما يستمرن فيه لفترات طويلة جدا، وقد يقبلن بأي عرض وظيفي يقدم لهن وهو ما يكون على حساب فرص الشباب في العمل.
- إرهاق الوالدين بكثرة المطالب إما للحصول على مواد التجميل والثياب الفاخرة للحفاظ غلى جمالها وجاذبيتها أو لمعاقبتهما إذا كانا السبب في عنوستها.
- صرف أموال طائلة لمعالجة الأمراض والإنحرفات التي تصيب الأفراد والمجتمع من جراء العنوسة حيث تتحمل مؤسسات الدولة مصاريف إضافية لدعم المؤسسات الصحية والإصلاحية والقضائية والعقابية التي تنشغل بإفرازات هذه الظاهرة الاجتماعية (**الموقع الالكتروني: إسلام أون لاين.نت 12– 06 – 2009**).

نستخلص مما سبق أن العنوسة هم بالنهار وأرق بالليل وحرقة في النفس وحرمان من الفطرة في إطفاء نار الشهوة وإشباع غريزة الأمومة وغيرها من الأمور التي لا يعرف آثارها

إلا من عانها، هذا إذا تعففت الفتاة ولم تسلك مسالك الفساد إلى ما حرم الله، وإن فعلت فإن في ذلك هلاكها إذ تعصف بها الأمراض الجنسية المختلفة حتى تفتك بها.

فالعنوسة إذن إن لم تعالج أو عولجت علاجا ضعيفا فرديا فإنها تتسبب على مر الزمن في مشكلات أخلاقية واقتصادية ولن تقتصر هذه المشكلات على فئة العوانس فقط بل تتجاوزها إلى الأسرة والمجتمع.

7- الحلول المقترحة لعلاج ظاهرة العنوسة:

كل مشكلة إلا وتوضع لها حلول ووسائل علاجية للحد من تفاقمها، خاصة إذا ما حددت أهم الأسباب المؤدية إليها، وباعتبار ظاهرة العنوسة قد عرفت انتشارا كبير في المجتمعات العربية خاصة في الآونة الأخيرة فقد سعت الكثير من هذه المجتمعات إلى وضع حلول ومقترحات لمواجهة هذه المشكلة والتخفيف من سلبياتها. ومن جملة هذه الحلول والمقترحات نذكر ما يلي:

- **إنشاء صندوق للزواج** : وهي الخطوة التي اتخذتها الإمارات العربية المتحدة لرفع معدلات الزواج من خلال إنشاء صندوق الزواج كمؤسسة تتولى متابعة الخطوات اللازمة لإتمام الزواج والحد من ظاهرة الزواج من غير الإماراتيات ويقوم الصندوق الذي بدأ نشاطه عام 1993 بالعمل على تقديم منح مالية للراغبين في الزواج، كما يقدم الصندوق منحا للزواج الثاني، وفي خط مواز ينظم الصندوق برعاية وتشجيع من المسئولين وحكام الأمارات حفلات زواج جماعي تضم أعدادا من الشباب والشابات في زفاف واحد، وبالتالي فإن أهداف الصندوق تتمثل في تشجيع الزواج المبكر للجنسين والحد من الزواج الخارجي أي من الأجنبيات وكذا تشجيع الزواج الجماعي وتعدد الزوجات وكلها أهداف تساهم إلى حد كبير في الحد من تفاقم ظاهرة العنوسة **(أغبال،2007 ، ص 72).**
- **تعدد الزوجات:** أباح الدين الإسلامي للرجل المسلم أن يتزوج بأكثر من امرأة في وقت واحد إذا كانت لديه الإمكانية لذلك، حيث أباح له أن يجمع بين اثنتين أو ثلاثة أو أربع نساء، وقد سوى الإسلام بين الزوجات في الحقوق والواجبات، وأوجب على الرجل أن يعدل بينهن في كل ما يستطيع العدل فيه من مأكل ومشرب وملبس ومسكن. ولهذا يرى

أنصار التعدد أنه الحل الأمثل لظاهرة العنوسة إذ يمكن لنظام التعدد أن يؤدي وظائف اجتماعية جليلة في المجتمعات التي يقل فيها عدد الرجال عن النساء وكذا في المجتمعات المعرضة للحروب، و أنه في الكثير من الأحيان يكون التعدد ضروري وعامل من عوامل الاستقرار العائلي ووقاية من كثير من المفاسد والشرور(**العفيفي، 1998، ص 78**).

صحيح أن التعدد بالضوابط الشرعية أمر مشروع والإسلام قد أباحه حلا لحالات وأسباب معينة، كما أنه لا يوجد في مجتمعنا ما يمنع التعدد لا عرفا و لا قانونا مادام الشخص مقتدرا ماليا ومعنويا. ولكن ليت المعددين يقتدون بالنبي صلى الله عليه وسلم فهو لم يعدد بدافع التغيير و لم يكن يعدد من ذوات الشباب والسن الصغيرة، بل كان يتزوج المرأة الكبيرة فيما عدا السيدة عائشة رضي الله عنها، فتعدده كان لأسباب اجتماعية حماية للمرأة وصونا لكرامتها على عكس ما يفعله أغلب المعددين في أيامنا هذه، إذ يتجهون نحو الصغيرة ويتركون المطلقة والأرملة والعوانس ذات السن الكبيرة (**الانصري،2000 ، ص 07**).

كما يتناسى هؤلاء المتحمسون للتعدد والذين يعتبرونه كحل سحري للعنوسة أن نسبة الشباب العازب أيضا كبيرة فلماذا لا توجه الجهود لتزويجهم؟ أليس تشجيع شاب لم يكوّن بيتا بعد أولى من تشجيع من تزوج واستقر؟ وما المصلحة في دفع متزوج قانع بزوجته وأولاده إلى الزواج بأخرى قد تسبب له مشاكل هو في غنى عنها ؟ أليس خيرا لهؤلاء المتحمسين لسنة التعدد أن يعينوا ثلاثة من الشباب غير المقتدر على الزواج بدل أن يتزوج الواحد منهم ثلاثا أو أربعا (**المرجع السابق، ص 8**).

- **التسابق في الأقل مهرا:** التسابق في الخير هو الأساس في الشريعة الإسلامية، والتسابق في الأقل مهرا والرضا بالقليل يؤدي إلى قيمة أخلاقية كبيرة وهي العفة، والأقل مهرا هي الأكثر بركة، وتشجيعا لتيسير المهور والمسابقة فيها ابتكرت المحاكم الإماراتية طرقا وأساليب لتشجيع أهالي العرسان على التخفيف في المهور التي تسبب غلاؤها عزوف الشباب عن الزواج، حيث تختار في نهاية كل شهر الزوجين الذين تزوجا بأقل مهر وتقوم بمكافأتهما بإهدائهما عمرة وعقد من الذهب مرصعا بالألماس

ومجموعة من العطور، إضافة إلى ساعة يد فاخرة تقدم لوالد العروس **(htt:www.islamonline.net./Arabic/news/2011-04-19/article15)**

❖ **العزل في الشرع:** اقترح العالم اليمني عبد المجيد الزنداني مشروعا للشباب لأجل تيسير زواجهم و هو أن يعقد قران الفتى على الفتاة ويبقى كل منهما في بيت أهله ريثما يتم إعداد السكن المناسب، ويرتب الزوجان فيما بينهما أو بالاتفاق مع الأهل مكانا مناسبا يختلي فيه الزوجان الخلوة الشرعية، ويشترط في هذا الزواج أن يؤجل الزوجين إنجاب الأطفال ريثما ينتقلان إلى بيت الزوجية وهذا ما يعرف بالعزل في الشرع وهو طبعا زواج شرعي مئة بالمئة إذ تتوفر فيه جميع الشروط التي نص عليها الشرع (**الخياط، 2007 ، ص 135**).

❖ **إنشاء مكاتب لتزويج الشباب:** وقد كانت مصر سباقة إلى ذلك حيث انتشرت مكاتب كثيرة لتزويج الشباب والفتيات، وقد أصبحت هذه المكاتب إحدى الطرق التي يلجأ إليها الكثيرون للبحث غن نصفهم الآخر. وعن أسلوب التقدم لطلب الزواج فيتمثل في طلب استمارة من المكتب تملء بالبيانات الخاصة بالمتقدم من حيث الاسم والسن والمؤهل الدراسي والحالة الاجتماعية والوظيفة والعنوان ورقم الهاتف، كما يقوم المتقدم بتدوين ملاحظاته وموصفاته التي يطلبها في شريك الحياة من حيث طوله وعمره ومؤهلاته ووظيفته وراتبه ومستواه المادي والثقافي والاجتماعي ......الخ. وفي الصفحة الأولى يترك صورة شخصية حديثة له ويتم إدخال هذه البيانات في الكمبيوتر وعمل بحث في المتقدمين لطلب الزواج لإيجاد من تنطبق عليه الشروط المطلوبة، بعدها يتم التنسيق بين الطرفين، بعد الموافقة المبدئية لتحديد موعد للمقابلة في المكتب لينتهي بذلك دور المكتب.

وأوضحت الدكتورة آمنة نصير أستاذة العقيدة بجامعة الأزهر أنها لا تعارض فكرة هذه المكاتب في حالة توفر الأمانة والصدق، ويشترط أن لا يتحول الأمر إلى تجارة، وتقوم تلك المكاتب بدور فعال وإيجابي خاصة مع تباعد العلاقات الاجتماعية وقلة فرص التلاقي

والتعارف بين الأسر، بالإضافة إلى انشغال الشباب في أعمالهم التي تستغرق معظم ساعات اليوم، و أضافت الدكتورة آمنة نصير أنها ترجو أن تكون تلك المكاتب تحت إشراف رجال ونساء في سن التقاعد يتوفر فيهم عنصر النضج. بالإضافة إلى ضرورة وجود رقابة مثل وزارة التضامن الاجتماعي للإشراف عليها **(مجدي وآخرون،2006 ،ص98)**

- ❖ **توظيف أموال الزكاة لحل مشكلة العنوسة:** حيث أفتى عدد من العلماء ومنهم الدكتور يوسف القرضاوي بجواز مساعدة الفقير من مال الزكاة ليتزوج إذ لم تكن له زوجة واحتاج، وعليه يمكن توجيه أموال الزكاة إلى الجمعيات الخيرية لكي تنفقها على حل ظاهرة العنوسة كما يجوز إنفاقها مباشرة في مساعدة الشباب والفتيات المقبلين على الزواج شرط عدم الإسراف في الإنفاق عليهم حيث تتم مساعدتهم في الأشياء الأساسية والضرورية فقط.
- ❖ **تنظيم حفلات الزواج الجماعي:** و هي تضم أعدادا كبيرة من الشباب و الشابات في زفاف واحد، حيث أن هذه الحفلات تساعد في التقليل من تكاليف الزواج خاصة بعد أن اتضح أن تكاليف الزواج الباهضة هي التي تقف وراء عزوف آلاف من الشباب عن الزواج أو زواجهم من أجنبيات، وقد عرفت حفلات الزفاف الجماعية نجاحا وإقبالا متزايدا في العديد من الدول العربية على غرار الأردن و الكويت و الإمارات و اليمن وحتى في الهند التي أقامت حفل زفاف جماعي لعشرة آلاف شاب و فتاة.

و يتولى تنظيم هذه الحفلات الجمعيات الخيرية و بعض رجال الأعمال الذين يقومون بتمويلها لأغراض دعائية لهم و لأنشطتهم الاقتصادية المتعددة **(الأنصري، 2000، ص 7)**.

- ❖ **التغريم:** حيث تتفق بعض القبائل فيما بينها على تخفيض المهور و تكاليف الزواج عموما، و فرض غرامة مالية على من يخالف ذلك، و هو ما تم تطبيقه في محافظة المخواة بالسعودية، و نجح هذا الاتفاق في تيسير زواج أربعة آلاف شاب.

- **تقديم الهدايا والأموال قبل الزفاف:** حيث أنه من المتعارف عليه أن تقدم الهدايا والأموال للعروسين في حفلة الزفاف، لكن من الأفضل تقديمها قبل الزواج حتى يتمكن العروسان من استثمارها والاستفادة منها بشكل جيد في تكوين عش الزوجية والإتيان بما ينقصهما.
- **إقامة أسواق خيرية:** تساهم في توفير متطلبات بيت الزوجية بأسعار معقولة وبهامش ربح بسيط.
- **التخلي عن العادات والتقاليد البالية** التي تعيق إقدام الشباب على الزواج، ومن ذلك قيام المسئولين والشخصيات الاجتماعية بتزويج أبنائهم على أساس الدين والخلق وبمهور وتكاليف متواضعة ليكونوا قدوة لغيرهم من المواطنين.
- **تشجيع الفتاة على الزواج و مواصلة التعليم:** حيث أن هناك الكثير من الفتيات المتزوجات اللواتي يواصلن تعليمهن ويتفقون أيضا، طبعا في ظل تفهم الزوج وتقديره واقتناعه بأهمية تعليم زوجته ومساعدتها بتهيئة الجو المناسب لها وتقدير ظروفها الدراسية.
- **تقديم قروض مالية بدون فوائد** على أقساط مريحة للراغبين في الزواج.
- **إنشاء مؤسسات إسكانية تعنى بتخصيص مساكن للمقبلين على الزواج:** و يمكن إنشاء هذه المؤسسات من خلال تشكيل جمعيات تعمل على جمع التبرعات واستخدامها في بناء شقق يتم تأجيرها بإيجار رمزي أو حتى بدون مقابل للراغبين في الزواج لمدة خمسة سنوات أو أكثر أو أقل، ثم تعود الشقة للجمعية وفي هذه الفترة يعمل الشاب على شراء منزل، ويمكن أن يقوم بشرائه مباشرة من الجمعية على أقساط مريحة .
- **تشجيع رجال الأعمال العرب على استثمار أموالهم في أوطانهم:** مما يخلق فرص عمل ويقلل من نسبة البطالة ويحسن الوضع الاقتصادي العام وبالتالي الإقبال على الزواج **(الموقع الالكتروني: .http://vb.b7b7.com/t1807.html)**
- **تفعيل دور الآباء والأبناء الذكور في البحث غن زوج صالح:** إذ ليس عيبا أبدا أن يخطب الأب لأبنته أو الأخ لأخته طالما وجد شابا مشهود له بالتقى والعفاف وارتأى فيه أنه سيكون زوجا صالحا لأبنته أو لأخته يصونها ويكرمها ويحافظ عليها، ويستخدم في

ذلك التعريض أو يبعث وسيطا يعرض عليه ويراعي أعراف الناس وأحوالهم. وهذه سنة عمل بها السلف الصالح فقد عرض عمر بن الخطاب رضي الله عنه ابنته حفصة لما طلقت على أبي بكر وعمر رضي الله عنهم جميعا.

- **التخفيف في المهور**: صحيح أن المهر فريضة لا يجوز التهاون فيها ولا الاستهانة بها و ما كان من جملة الفريضة ففعله عبادة وتركه ضلالة، وعليه فحكم أداء المهور إلى الزوجات ينصب نحو الوجوب والفريضة ويأخذ طابع الالتزام، وإن كان عقد النكاح يتم بغير تسمية المهر كما ذكر ذلك أهل العلم إلا أن الذمة تكون مشغولة به حتى يؤدى، وصحيح أيضا أن الشرع لم يحدد قيمة المهر ولكن ذلك لا يعني المغالاة فيه إذ يجب على ولاة الأمور تخفيف مهور بناتهم حتى ييسروا الزواج للشباب ويحافظوا عليهم من الغرق والسقوط في الرذيلة.
- **تقليل مطالب الزواج ونفقاته وتسهيل إجراءات الاحتفال بالزواج:** إذ ينبغي على الأولياء عدم التعنت وفرض الشروط المعوقة للشاب المتقدم كنوع الأثاث وعدده وحجم الشقة ...الخ. كما ينبغي عدم التبذير والإسراف في حفلات الزواج فالزوج والزوجة أحق بهذه الأموال التي تهدر بلا حساب في بداية حياتهم.
- **العودة إلى المعايير الشرعية في اختيار الزوج:** إذ تختلف آراء الناس وتقاليدهم حول المعايير والضوابط التي يرون من خلالها صلاح الزوج، وعلى ضوء ذلك يتخذون القرار بالموافقة أو الرفض، لكن المعيار الأصوب هو ما أرشد إليه الشرع حيث قال صلى الله عليه وسلم " تنكح المرأة لأربع لمالها ولحسبها وجمالها ولدينها، فأضفر بذات الدين تربت يداك"
- **فتح المجال للفتاة لاختيار خطيبها بنفسها** شرط أن يحدث ذلك في إطار التقاليد الاجتماعية بعيدا عن نظام التعارف الخارجي.
- **تفعيل دور الإعلام في القضاء على العنوسة:** وذلك من خلال بث رسائل إعلامية تحث على الزواج وتعرف بأهميته عبر جميع وسائلها المرئية والمسموعة والمقروءة وتحذر من

العلاقات غير المشروعة ومضارها على صحة الإنسان وتوازنه النفسي والعاطفي وأثر ذلك على المجتمع.

- ❖ **توفير الرعاية النفسية والاجتماعية للأولاد في حالة التفكك الأسري** للتقليل من آثار النموذج الوالدي على حياتهم المستقبلية و لاسيما فيما يتعلق بقضية الزواج.
- ❖ اعتناء مراكز البحوث والمؤسسات العلمية و الأكاديمية بمشاكل الشباب والتي منها صعوبة الزواج وإعداد البحوث النظرية والميدانية من أجل الخروج بتوصيات مفيدة ونافعة من أجل إعفاف الشباب ودرء المفاسد التي تفشت في المجتمع (**نواب الدين، 1994، ص 112**).

بناء على ما سبق يمكن القول أنه مهما بدت لنا مشكلة العنوسة صعبة وعويصة نظرا لكثرة و تشعب أسبابها وخطورة آثارها على المجتمع،إلا أن الأمل يبقى موجودا لأنه توجد العديد من الحلول التي يمكن أن تساهم في القضاء عليها، إذ يكفي فقط الرجوع إلى تعاليم الدين الإسلامي والعمل بها لنقضي على معظم أسباب العنوسة والتي هي في غالبيتها من صنع البشر بما وضعوه من عراقيل ومعوقات لا تمت للإسلام بصلة، فبالرجوع إلى الإسلام وبتضافر الجهود بدءا من الفتاة إلى أسرتها وإنتهاءا بمؤسسات المجتمع المدني والدولة نقضي أو على الأقل نقلل من نسبة العنوسة بإذن الله.

وفي الختام نقول لكل فتاة عانس أن الزواج تقدمه أو تأخره تيسره وتعسيره كل ذلك بقدر الله ولا يعني ذلك أن لا نأخذ بالأسباب لكن بحذر فليست كل الطرق ممهدة للسير فيها، وليس كل من نقابله في طريقنا يعمل لوجه الله تعالى ويرشدنا للطريق الصحيح، فالطريق ملبد بالغيوم، مليء بالذئاب البشرية والثعالب الماكرة وبمحبي التسلية والتمتع فاحذري، ولا تتعجلي الأمور، فالزواج رزق مقدر بوقته، حدده الله تعالى وسيأتيك إن شاء الله في الوقت المحدد بالدقيقة والثانية، فلا تستسلمي للاكتئاب واليأس، واستثمري فراغك في أشياء مفيدة كالاشتراك في الجمعيات الخيرية والذهاب للمساجد وحفظ القرآن ودراسة اللغات الأجنبية وتعلم فنون الطهي والتطريز، كل هذه الأشياء الجميلة التي لن يسعك الوقت لعملها لو كنت متزوجة، ثم انظري حولك لمعارفك وأقاربك وستلاحظين أنه ليس كل من تزوج صار سعيدا ولا كل من لم يتزوج صار تعيسا، لأن السعادة نسبية ليست محددة بشيء محدد

ننتظره، فاصنعي سعادتك بنفسك واجعلي من دنياك زادا لآخرتك وأكثري من الصلاة والدعاء وسيتقبل الله منك إن شاء الله ويرزقك زوجا صالحا تسعدين به ويسعد بك.

الخلاصة:

من خلال عرض أهم النقاط الأساسية التي تتعلق بمشكلة العنوسة من حيث مفهومها اتجاهاتها أسبابها مظاهرها وآثارها والحلول الممكنة لها، تبين لنا أن ظاهرة العنوسة واحدة من أهم المشكلات العويصة التي تئن تحتها معظم المجتمعات العربية، وهي ليست محددة في نطاق بلد واحد، وليست مقتصرة على فئة دون أخرى، والإحصائيات تبين أنها في تفاقم مستمر. فالعنوسة معاناة ومرض عضال يهدد البناء الاجتماعي للأمة بأسرها لأنه يستهدف نواتها المركزية ألا وهي المرأة التي إن أعددتها أعددت شعبا طيب الأعراف.

وبالتالي مهما حاولنا غض النظر عن عنوسة بناتنا ومهما تحاشينا مناقشتها ومهما كانت الأسباب المؤدية إليها سواءا كان للعانس يد فيها أم لا تبقى العنوسة واقعا مريرا تتجرعه الفتاة يوما بعد يوم وسنة بعد سنة ولهذا لا يجب الاستهانة بخطورتها لأن الضغط يولد الانفجار، بل يجب الإسراع في علاجها وذلك باقتلاع العادات والتقاليد البالية الدخيلة على ثقافتنا وبتوعية أفراد المجتمع سواء كانوا أباء أو أمهات أو شبان وفتيات بحجم الظاهرة وانعكاساتها السلبية على كل منهم وعلى المجتمع ككل مع توضيح الدور الذي ينبغي على كل واحد منهم القيام به للقضاء على هذا الداء الذي ينخر في مجتمعاتنا.

الفصل الثالث: القلق و قلق المستقبل

تمهيد

أولا: القلق

1 - مفهوم القلق

2 – حالة القلق و سمة القلق

3 – أسباب القلق

4 – أعراض القلق

5 – تصنيفات القلق

6 – النظريات المفسرة للقلق

ثانيا: قلق المستقبل

1 – مفهوم المستقبل

2 – منظور الزمن المستقبلي و التوجهات المستقبلية و قلق المستقبل

3 – علاقة الماضي و الحاضر و المستقبل بقلق المستقبل

4 – مفهوم قلق المستقبل

5 – المعارف المستقبلية و قلق المستقبل

6 – أسباب قلق المستقبل

7 – سمات ذوي قلق المستقبل

8 – المظاهر التأثيرية لقلق المستقبل

9 – التعامل مع قلق المستقبل

خلاصة

تمهيد:

يعد القلق من الانفعالات الإنسانية الأساسية و جزء طبيعي في كل آليات السلوك الإنساني، و هو يمثل أحد أهم الاضطرابات المؤثرة على صحة الفرد و مستقبله، إضافة إلى تأثيره السلبي على مجالات الحياة المختلفة، لذلك يعتبر القلق من العوامل المؤثرة في الشخصية، وموضوع القلق كان و لا يزال من أهم الموضوعات النفسية لما له من أهمية وعمق و ارتباط بأغلب بل و بكل المشكلات النفسية، و لهذا لا يمكن الحديث عن قلق المستقبل إلا في ضوء فهم القلق بشكل عام.

أولا: القلق:

1 – مفهوم القلق:

1-1 التعريف اللغوي:

إن المعنى اللغوي لكلمة قلق هي قلق الشيء أي حركه فلم يستقر في مكان واحد، اضطرب و انزعج فهو قلق (**المشيخي، 2009، ص 15**).

كما يعرف القلق من قلقل أي لم يستقر في مكان واحد، أو لم يستقر على حال، اضطرب و انزعج فهو قلق، و القلق حالة انفعالية تتميز بالخوف مما قد يحدث، والمقلاق شديد القلق، و يقال رجل مقلاق و امرأة مقلاقة (**الكعبي، 1997، ص 28**).

1-2 المفهوم السيكولوجي:

لقد اختلف علماء النفس فيما بينهم حول تعريف القلق، و تنوعت تفسيراتهم له، و في هذا المقام سوف تستعرض الباحثة عددا من التعريفات التي ذكرت عن القلق و منها التالي:

حدد معجم علم النفس و الطب النفسي القلق بأنه: " شعور عام بالفزع و الخوف من شر مرتقب و كارثة توشك أن تحدث، و القلق استجابة لتهديد غير محدد كثيرا ما يصدر عن الصراعات اللاشعورية و مشاعر عدم الأمن و النزاعات الغريزية الممنوعة المنبعثة من داخل النفس، و في الحالتين يعبئ الجسم إمكانياته لمواجهة التهديد، فتتوتر العضلات ويتسارع النفس و نبضات القلب (**فرج، 1990، ص 219**).

أما في قاموس المصطلحات النفسية و التحليل النفسي فقد عرف القلق بأنه: " حالة انفعالية غير سارة مستمرة لدى الفرد و شعور مكدر بتهديد أو هم مقيم و عدم راحة استقرار، و فيها يفقد الفرد الرغبة أو الدافع للهدف " (**عبد الخالق، 1987، ص 27**).

و يعرفه قاموس علم النفس الكبير بأنه: " حالة انفعالية تتميز بتوتر عصبي و خوف شديد غير محدد و دائم " (**Henriette et al ,2005, P 58**).

و يعرفه بيير جانيه (Pierre Janet) بأنه: " خوف بدون موضوع أو بشكل أدق خوف بدون موضوع حقيقي واضح و محدد " (**in Guy Besançon, 1993 , P 12**).

و يعرفه بيشو (Pichot) بأنه: " حالة انفعالية تتكون على المستوى الفينومنولوجي (الظاهراتي) من ثلاثة عناصر أساسية هي: إدراك خطر محدق، موقف انتظار أمام هذا الخطر، و شعور بالاضطراب ناتج عن إدراك العجز التام أمام هذا الخطر". **(Pichot,1987, P15)**.

و يعرفه هيلجارد (Hilgard) بأنه: " حالة ترقب أو توقع الشر أو عدم الراحة أو الاستقرار ترتبط بالشعور بالخوف، و موضوع القلق يكون أقل تحديدا من موضوع الخوف ومع ذلك فهو حالة توقع خطر غامض مبهم " (**Hilgard, 1971, P 23**).

و يعرفه ريتشارد 1998 بأنه: " حالة انفعالية غير سارة يستثيرها وجود خطر، و يرتبط بمشاعر ذاتية من التوتر و الخشية (**عن غرابة، 2003، ص 110**).

كما تعرفه العناني بأنه: " إشارة إنذار نحو كارثة توشك أن تقع، و إحساس بالضياع في موقف شديد الدافعية مع عدم التركيز و العجز عن الوصول إلى حل مثمر " (**العناني، 2000، ص 112**).

بينما يعرفه حامد زهران بأنه: " حالة توتر شامل و مستمر نتيجة توقع تهديد خطر فعلي أو رمزي قد يحدث، و يصاحب هذه الحالة خوف غامض و أعراض نفسية جسمية، و رغم أن القلق غالبا ما يكون عرض لبعض الاضطرابات النفسية إلا أن حالة القلق قد تغلب وتفصح عن نفسها فتكون اضطرابا نفسيا أساسيا و هذا هو ما يعرف باسم عصاب القلق، والقلق العصابي هو أشيع حالات القلق، و هكذا يمكن اعتبار القلق انفعالا مركبا من الخوف وتوقع التهديد و الخطر (**زهران، 1977، ص 397**).

و يرى عكاشة أن القلق شعور عام غامض غير سار بالتوقع و الخوف و التحفز والتوتر مصحوب عادة ببعض الإحساسات الجسمية خاصة زيادة نشاط الجهاز العصبي اللاإرادي، يأتي في نوبات تتكرر في نفس الفرد و ذلك مثل الشعور بفراغ في المعدة أو السحبة في

الصدر أو الضيق في التنفس أو الشعور بنبضات القلب أو الصداع (**عكاشة، 1998، ص 38)**.

و يشير طلعت منصور إلى أن القلق حالة انفعالية واقعية مركبة نستدل عليها من عدد الاستجابات المختلفة، و قد يكون القلق موضوعيا كرد فعل طبيعي لمواقف ضاغطة أو يكون مرضيا كحالة مستمرة و منتشرة غامضة و مهددة (**منصور، 1981، ص 450)**.

أما علاء الدين كفافي فيعرف القلق بأنه خبرة انفعالية مكدرة أو غير سارة يشعر بها الفرد عندما يتعرض لمثير مهدد أو مخيف أو عندما يقف في موقف صراعي أو إحباطي حاد، وكثيرا ما يصاحب هذه الحالة الانفعالية الشعورية بعض المظاهر الفسيولوجية خاصة عندما تكون نوبة القلق حادة مثل زيادة إفراز العرق و الارتعاش في الأيدي والأرجل (**كفافي، 1990، ص 342**).

من خلال العرض السابق يتضح لنا أن الباحثين قد اختلفوا في تعريفاتهم للقلق، فمنهم من ركز على الأعراض النفسية و منهم من ذكر الأعراض الفسيولوجية و بعضهم جمع بين الأعراض النفسية و الفسيولوجية، و لكن و رغم هذا الاختلاف إلا أنهم اتفقوا جميعا على أن القلق هو نقطة بداية الاضطرابات السلوكية و له تأثير على صحة الفرد وإنتاجيته، كما اتفقت أغلب التعريفات على أن القلق خبرة انفعالية غير سارة تنتج عن توقع تهديد غير محدد المصدر و له عدة مظاهر نفسية و انفعالية و فسيولوجية.

1 – 3 الفرق بين القلق و الخوف:

لقد تعددت آراء العلماء حينما تناولوا مفهومي القلق و الخوف فالبعض يرى أنه ليس هناك اختلاف واضح بين المفهومين نظرا لكثرة أوجه التشابه بينهما، فكل من القلق والخوف حالة انفعالية تنطوي على التوتر و في كليهما يشعر الفرد بوجود خطر يتهدده، كما يصاحب كليهما عددا من التغيرات الجسمية. بينما يؤكد البعض الآخر على وجود فروق جوهرية بين مفهومين القلق و الخوف.

و من أنصار الاتجاه الأول الذي يرى أن الخوف و القلق مترادفان نجد وولب (Wolpe) الذي يرى عدم وجود اختلاف بين المفهومين و قد عبر عن ذلك بقوله: " ليس هناك أي سبب يدعوني للاعتقاد بأن هناك أي اختلاف فسيولوجي بين الخوف المثار عن

طريق محفز مرتبط بتهديد موضوعي كالثعبان و الخوف غير المتكيف و الذي يثار من قطة صغيرة (**Wolpe, 1958, P 34**).

و من أنصار الاتجاه الثاني نجد ولمان الذي يرى أنه بالرغم من أن كلمتي الخوف والقلق يتم استخدامهما بصورة تبادلية إلا أن هناك اختلافا واضحا بينهما، حيث يرى أن الخوف يعد استجابة انفعالية إزاء خطر نوعي حقيقي (في حالة الخوف العادي) أو غير حقيقي (في حالة الخوف المرضي)، بينما يكشف القلق عن شعور تشاؤمي عام بهلاك محدق وشيك الوقوع، و يعتبر الخوف استجابة انفعالية وقتية إزاء خطر يقوم على أساس تقدير المرء لقوته تقديرا منخفضا بالقياس إلى قوة الخطر الذي يهدده، أما القلق فعلى العكس من ذلك فهو عام و دائم و يتسم بعدم وجود موضوع نوعي بعينه و إنما يعكس ضعفا عاما و شعورا بعدم الكفاءة و العجز(**Wolmen, 1989, P 27**).

و أكدت ممدوحة سلامة على ذلك المعنى، فالخوف في رأيها هو حالة من التوجس تتبلور حول خطر محدد يمكن التحقق منه في عالم الواقع بحيث يمكن تقدير أهميته ومواجهته بشكل واقعي، بينما يشير القلق إلى حالة من التوجس و التوتر غير المحدد وغالبا ما تكون هناك مبالغة في حجم و أهمية الخطر بل و قد يكون هذا الخطر وهما لا أساس له من الصحة (**سلامة، 1987، ص 54**).

و يعتبر عكاشة أن شعور الفرد بالخوف عندما يجد سيارة مسرعة نحوه في وسط الطريق مثلا يختلف تماما عن شعوره بالخوف و القلق عندما يقابل بعض الغرباء الذين لا يستريح لصحبتهم، كذلك من الناحية الفسيولوجية الخوف الشديد يصاحبه نقص في ضغط الدم وارتخاء في العضلات مما قد يؤدي إلى الإغماء، أما القلق الشديد فيصاحبه زيادة في ضغط الدم و توتر في العضلات مع تحفز و عدم استقرار و كثرة في الحركة (**عكاشة، 1998، ص 38**).

و عموما يمكن إجمال النقاط التي يستند إليها بعض العلماء في التفريق بين مفهومي القلق و الخوف في الجدول التالي:

جدول رقم 1: يوضح الفروق الجوهرية بين مفهومي القلق والخوف (الداهري، 2005، ص 327)

وجه المقارنة	القلق	الخوف العادي
السبب و الموضوع	السبب و الموضوع يكون	السبب معروف

	مجهولا	
التهديد	التهديد داخلي	التهديد خارجي
الصراع	الصراع موجود	لا يوجد صراع
المدة الزمنية	مزمنة	حادة

و يضيف بعض الباحثين بعض أوجه الاختلافات و منها:

- من الصعب علاج القلق خصوصا إذا كان عصابيا، بينما يسهل القضاء على الخوف.
- يكون الخوف متناسقا من حيث الشدة مع الموضوع الذي أثاره، أما في القلق فيغلب أن تكون شدته أعظم و غير متناسقة مع شدة إشارات الخطر أو موضوعه.
- تصاحب القلق و الخوف تغيرات فسيولوجية متعددة و لكن الآثار التي يتركها القلق في الجسد أكثر عمقا من الآثار التي يتركها الخوف (**الرفاعي، 1981، ص 76**).

يتضح من خلال استعراض أوجه الشبه و الاختلاف بين القلق و الخوف أن الخوف أمر فطري في الإنسان، و هو مفيد للفرد في حدوده الطبيعية و يبقى كامن داخل الفرد ويظهر في مواقف الخطر، أما القلق في حدوده العادية فيظل مقبولا أما إذا تطور و زاد فإن زيادة مستواه تضر بصحة الفرد و تعيق أداءه الاجتماعي.

2- حالة القلق و سمة القلق:

لقد توصل كاتل و سبيلبيرجر (Kattle & Spielberger) إلى التمييز بين حالتين للقلق، جانب القلق الذي نشعر به في موقف معين و يزول بزواله، و جانب الاستعداد للقلق أو الاستهداف للقلق في المواقف المختلفة، و قد أطلقا على الجانب الأول " حالة القلق " وعلى الجانب الثاني " سمة القلق ".

و لقد عرف سبيلبيرجر حالة القلق بأنها: " عبارة عن حالة انفعالية مؤقتة يشعر بها الإنسان عندما يدرك تهديدا في الموقف، فينشط جهازه العصبي اللاإرادي و تتوتر عضلاته و يستعد لمواجهة هذا التهديد، و تزول هذه الحالة بزوال مصدر التهديد، حيث أنها حالة

غير ثابتة تتغير بتغير الموقف بحسب التهديد الذي يدركه الإنسان في كل موقف، فيزداد في مواقف الشدة و ينخفض في مواقف الأمان (**in Servant, 2005, P 44**).

ويشير كاتل إلى أن حالة القلق حالة طارئة انتقالية أو وقتية في الكائن الحي تتذبذب من وقت لآخر و تزول بزوال التغيرات التي تبعثها، و هي تتغير بتغير المواقف التي تمر على الإنسان، و يطلق على هذا المفهوم القلق الموضوعي أو القلق الموقفي لأنه موقفي بطبيعته و يعتمد بصورة أساسية و مباشرة على الظروف الضاغطة (**عن أبو عزب، 2008، ص 23**)

أما سمة القلق فيعرفها سبيلبيرجر و كاتل و كامبل بأنها عبارة عن استعداد سلوكي مكتسب يظل كامنا في الفرد حتى تنبهه و تنشطه منبهات داخلية أو خارجية فتثير حالة القلق (**عن المشيخي، 2009، ص 39**).

و يرى القريطي أن سمة القلق هي استعداد سلوكي مكتسب في معظمه، و غالبا ما يستمد أصوله من خبرات طفولية مبكرة مؤلمة، كما أنها استعداد ثابت نسبيا و كامن في شخصية الفرد و لصيق بها أكثر من كونه مرتبطا بحجم التهديد في المواقف أو الموضوعات التي يستجيب لعا بالتوتر و القلق، و هو ما يجعل صاحب الاستعداد العالي من حيث القلق أكثر استهدافا لاستشعار الخطر و فقدان الاستقرار و توقع الشر من موضوعات أو مواقف لا تنطوي على كل هذا الخطر. فالشخص صاحب سمة القلق المرتفعة يكون لديه استعداد عال للقلق مما يجعله يستجيب لمواقف التهديد و الشدة بخوف شديد لا يتناسب مع الموقف الذي تعرض له، أما الشخص صاحب سمة القلق المنخفضة فإنه يستجيب لمواقف التهديد والشدة بخوف عادي يناسب ما في الموقف من خطر موضوعي (**القريطي، 1998، ص 133**).

إن سمة القلق لا تظهر مباشرة في السلوك بل يستدل عليها من تكرار ارتفاع حالة القلق وشدتها لدى الفرد على امتداد الزمن، و يتميز الأفراد ذوو الدرجة المرتفعة في سمة القلق بميلهم إلى إدراك العالم باعتباره خطر يهدد حياتهم (**المرجع السابق، ص 135**).

و من خصائص سمة القلق أنها استعداد سلوكي يكتسب في الطفولة المبكرة و يظل ثابتا نسبيا عند الفرد في مراحل حياته التالية، كما أن سمة القلق من سمات الشخصية المزاجية أحادية البعد على خط متصل، و هي موجودة عند جميع الناس بمستويات مختلفة تمتد من المستوى المنخفض إلى المستوى العالي (**أبو عزب، 2008، ص 24**).

و يميز كاتل بين حالة القلق و سمة القلق على أساس أن مستوى الأولى يتغير بحسب المواقف و مستوى الثانية يتغير بحسب الأفراد، و يشير إلى أن التباين بين المواقف أعلى من التباين لدى الأفراد في حالة القلق و أن نسبة التباين بين الأفراد أعلى من نسبة التباين بين المواقف في سمة القلق (**المرجع السابق، ص 25**).

و يؤكد معظم السيكولوجيين أن القلق كسمة يكون مكون أساسي في شخصية الفرد، ويشير إلى استعداد ثابت نسبيا لدى الفرد و يظهر في جميع مواقف حياته سواء الطارئة منها أو العادية، و يؤكدون أيضا أن النوع الأول (حالة القلق) قابلة للتعديل أما النوع الثاني (سمة القلق) فمن الصعب تعديلها خاصة بعد أن يصل الفرد لمرحلة الرشد (**الطيب، 1994، ص 54**).

نستنتج مما سبق أن قلق الحالة هو قلق مؤقت يزول بزوال الخطر الذي يتعرض له الفرد، و هو متغير بالنسبة للفرد الواحد من موقف لآخر، أما قلق السمة فهو صفة ثابتة نسبيا في الشخصية و هو موجود مع الفرد و كامن في شخصيته و يكتسب في مراحل الحياة الأولى، و يثار بشكل غير عادي عند تعرض الفرد لأي موقف، كما أنه قلق غير مبرر لا يتناسب مع الموقف و هو متغير حسب الأفراد لا حسب المواقف.

3- أسباب القلق:

يعد القلق من أكثر الاضطرابات شيوعا في العصر الحديث، و لقد حاول الكثير من علماء النفس تحديد أسبابه، حيث يرى بودلسكي أن أساس القلق هو إدراك الفرد أن حياته محدودة و لا بد أن تنتهي بالموت مما يهدد خططه المستقبلية (**عن أبو عزب، 2008، ص 30)**

بينما يشير عوض إلى أن القلق ينشأ من العمليات الانفعالية المؤلمة المتداخلة التي يحدثها الصراع و الإحباط، و يظهر الميل للقلق في فترات التوتر النفسي كفترة الامتحان أو عند التقدم لوظيفة ما أو عند اتخاذ قرار هام كالزواج مثلا (**المرجع السابق، ص 31**).

في حين يرى كفافي أن العوامل المعرفية تلعب دورا هاما في عملية القلق، فالقلق يثار عندما يدرك الفرد موضوعا ما باعتباره مثيرا للخطر، فالإدراك هنا عملية وسيطية بين المثير و القلق، و هذا الإدراك يجعل الفرد في حالة توتر و هي الحالة التي تولد انفعال القلق (**كفافي، 1990، ص 87**).

و يمكن تلخيص الأسباب و العوامل المؤدية للقلق فيما يلي:

3-1 العوامل الوراثية:

تتمثل في الاستعداد الوراثي حيث أن الفرد يرث الجينات المسئولة عن الاضطراب الكيميائي الذي يسبب القلق، و يتمثل هذا الاضطراب في زيادة استثارة نهايات الأعصاب الموجودة في المشابك العصبية في النظام الأدرينالييني و التي تسرف في إنتاج أمينات الكاتيكول مع زيادة نشاط المستقبلات و وجود نقص في الموصلات الكيميائية المانعة مما يؤدي إلى استثارة أجزاء المخ المختلفة (قشرة المخ، الجهاز السمبتاوي والباراسمبتاوي.الخ) بشكل زائد ينتج عن هذه الزيادة أعراض القلق **(Bailly,2001 ,p29)**

3- 2 العوامل النفسية و البيئية:

يرى زهران أن الضعف النفسي العام و الشعور بالتهديد الداخلي و الخارجي لمكانة الفرد و أهدافه، و التوتر النفسي الشديد، و الأزمات و المتاعب و الخسائر المفاجئة والصدمات النفسية و الشعور بالذنب و الخوف من العقاب و توقعه، و الشعور بالنقص، والعجز واللجوء إلى الكبت بدلا من التقدير الواعي للأمور ، و عدم التطابق بين الذات المثالية والذات الواقعية و عدم تحقيق الذات كلها عوامل تؤدي إلى القلق (**زهران، 1977، ص 398**)

و يشير كل من شيفر و ميلمان إلى أن عدم الشعور بالأمن يعد سببا رئيسيا للقلق، فالقلق المزمن هو نتيجة لعدم الشعور بالأمن و الشكوك حول الذات، و هناك عوامل عديدة تساهم في فقدان الشعور بالأمن منها: عدم ثبات الوالدين في أساليب التربية، التسيب والإهمال، الثقة الزائدة، تحميل المسئولية على عاتق الآخرين. كما يعتقدان أيضا أن الإحباط الزائد يؤدي أيضا إلى الشعور بالقلق، و قد يكون الإحباط ناتجا عن ارتفاع مستوى الأهداف أو تدني مستوى التقييم الذاتي حيث يؤدي الشعور المستمر بضعف الأداء إلى درجة عالية من القلق (**شيفر و ميلمان، 1989، ص 116**).

أما منصور فيرى أن الأشخاص يشعرون بالقلق عندما يعتقدون أنهم تصرفوا على نحو سيء و أنهم سوف يتعرضون للعقاب، فهم لم يتعلموا أنه من الطبيعي أن تكون لدى كل فرد أفكار سلبية، و أن هناك فرقا بين التفكير بشيء و عمله **(منصور، 1981، ص 103)**

كما أوضح السباعي و عبد الرحيم أن الظروف السائدة في البيئة الطبيعية و الاجتماعية المحيطة بالفرد تلعب دورا في نشأة القلق النفسي، لأن الإنسان يكون عرضة للقلق عند

حدوث تغيرات كبيرة و هامة في حياته، لذلك تعد كل تجربة جديدة مدعاة للقلق، كما أشارا إلى أن هناك اختلافات بين الأفراد بالنسبة للاستجابة للقلق و تتمثل فيما يلي:

– الاختلافات بين الأفراد في المورثات و هذا الاختلاف ينتج عنه اختلاف في القوة الجسدية و معدل الذكاء الفطري و مدى توازن الجهاز العصبي و الغدد الصماء والوظائف الحيوية الداخلية و بالتالي تباين الاستجابة للقلق.

– الجنس حيث لا يستجيب الرجال و النساء لمؤثرات القلق بنفس القدر، ليس بسبب القوة والضعف و لكن لأن التكوين العضوي لكل منهما يختلف عن الآخر، فضلا عن أثر المؤثرات الاجتماعية من تربية و عادات و تقاليد و قيم و أعراف و أدوار حياتية في تهيئة الجنسين لاستجابات متباينة.

– أنماط الشخصية و سماتها الأساسية، حيث يعد التكوين النفسي للفرد و خصائص الشخصية التي يتميز بها من أهم العوامل المسببة للقلق، فبعض الناس لديهم بحكم تكوينهم استعداد للإصابة بالقلق أو غيره من الاضطرابات النفسية عند التعرض لأي ضغط خارجي طفيف يمكن لغيرهم تحمله.

– الحالة الصحية، حيث أنه في حالة المرض تتدنى الحالة النفسية و المعنوية للفرد لأن المرض يضعف القدرات الدفاعية للجسم و يقيد حركته و يسبب له مناخا نفسيا سيئا.

– نوع و مستوى التعليم: حيث اتضح أن أعلى معدلات القلق كانت بين مجموعات المتعلمين، و ليس التعليم هو السبب بل محتوى التعليم التربوي السائد من مناهج وطرق تدريس و تقويم و مدى ارتباطها بالمنهج الديني و الإنساني و القيم الاجتماعية النبيلة والفهم السليم لطبيعة الحياة و دور الفرد فيها.

– التجارب السابقة مع المؤثرات التي تسبب القلق النفسي، فالتجارب السابقة للفرد تلعب دورا هاما و بارزا في تكوين الخبرات السلبية التي تكون من مسببات القلق عند التعرض لمواقف مشابهة، فمشكلات الطفولة و المراهقة و مشكلات الحاضر التي تنشط من ذكريات وصراعات الماضي و الأساليب الخاطئة في تنشئة الأطفال كالقسوة والتسلط والحرمان أو

الحماية الزائدة و التدليل المفرط كلها من العوامل التي تسبب القلق، كما أن التعرض للحوادث الحادة اقتصاديا أو عاطفيا أو للخبرات الجنسية الصادمة و التعب والإرهاق من العوامل التي تزيد من حدة القلق (**السباعي و عبد الرحيم، 1996، ص 30**).

بناء على ما سبق يمكن القول أن أسباب القلق كثيرة و متنوعة، فقد ينشأ من تأثير العوامل الوراثية و مكونات الشخصية، أو من تأثير الخبرات الصادمة خاصة في مرحلة الطفولة و المراهقة أو بسبب الأساليب الخاطئة في التربية أو من الظروف الاقتصادية والاجتماعية السيئة التي يمر بها الفرد خلال مراحل حياته المختلفة.

4- أعراض القلق:

تختلف أعراض القلق من مرحلة عمرية إلى أخرى، ففي مرحلة الطفولة تظهر أعراض القلق على هيئة خوف من الظلام و الغرباء و الحيوانات و الأطفال الكبار، أو الخوف من أن يكون الطفل وحيدا بالمنزل أو تظهر على هيئة أحلام مزعجة أو فزع ليلي أو رفض الذهاب إلى المدرسة، أما في مرحلة المراهقة و الرشد فيأخذ القلق مظهرا آخر مثل الشعور بعدم الاستقرار و الحرج الاجتماعي و الشكوى من علل بدنية مختلفة، وعلى العموم يمكن تصنيف أعراض القلق إلى الفئات التالية:

4 – 1 الأعراض الجسمية:

تنشأ الأعراض الجسمية من زيادة نشاط الجهاز العصبي المستقل و تتمثل في شحوب الوجه، الغثيان، صفير في الأذنين، الشعور بالدوار، اضطرابات في نبض القلب مما يجعل المريض يعتقد أن قلبه سيتوقف قريبا، آلام في الصدر، اضطرابات في ضغط الدم، جفاف الفم و الحلق، اضطرابات التنفس و الشعور بالاختناق، اضطرابات الهضم (سوء الهضم، آلام في المعدة، الانتفاخ)، صعوبة البلع، فقدان الشهية، الإسهال، كثرة الغازات، صعوبة التبول، غزارة العرق، برودة الأطراف و ارتجافها، آلام المفاصل، الاضطرابات الجنسية (الضعف الجنسي و القذف المبكر لدى الرجل و البرود الجنسي و تقلص المهبل لدى المرأة)، اضطرابات النوم (الأرق، النوم المتقطع)، الصداع، الكوابيس، نقص الحيوية

والنشاط، توتر العضلات، الشعور بالخدر و التنمل، اللازمات العصبية مثل قضم الأظافر ومص الإبهام (**Pelissolo , 2002, P 51**).

4 – 2 الأعراض النفسية و الانفعالية:

أما الأعراض النفسية فتتمثل في الإحساس بعدم الراحة و عدم القدرة على التركيز والانتباه و توهم المرض و التفكير في الموت و توقع الشر حيث يقضي المريض معظم وقته في تخيل سيناريوهات كارثية تدور حول الفشل المهني أو العاطفي أو الإصابة بمرض خطير أو التعرض لحادث ...الخ، و التشاؤم و الانشغال بالمستقبل و الخوف منه، والخوف من الإصابة بالجنون و الإحساس بفقدان الهوية (dépersonnalisation) وكذا الإحساس بفقدان العلاقة مع الواقع (déréalisation) طبعا بدون الإصابة بالذهان **(Passerieux, 1998, p 6)**.

و يضيف البعض على ذلك سرعة النسيان و السرحان و شدة الحساسية و عدم الصبر حيث يثور لأتفه الأسباب و الخوف الشديد و الإحساس الدائم بتوقع الهزيمة و الرغبة في الهرب عند مواجهة أي موقف (**أبو عزب، 2008، ص 29**).

و يرى حامد زهران أنه من أهم أعراض القلق الشك و الارتباك و التردد في أخذ القرارات و الهم و الاكتئاب العابر، و الانشغال بأخطاء الماضي و كوارث المستقبل وضعف التركيز و شرود الذهن و اضطراب قوة الملاحظة و ضعف القدرة على العمل والإنتاج وسوء التوافق و قد يصل الحال إلى السلوك العشوائي غير المضبوط و القلق العام على الصحة و العمل و المستقبل (**زهران، 1977، ص 487**).

و من الأعراض النفسية للقلق أيضا الأحلام و الكوابيس و سرعة الهيجان، و شرود الذهن و تزاحم الأفكار المزعجة، و ضعف القدرة على التركيز و انشغال الفكر و التوتر الذهني وتناول الحبوب المنومة.

4|- 3 الأعراض السيكوسوماتية:

ويقصد بها الأمراض العضوية التي يسببها أو يلعب في نشأتها القلق دورا هاما، أو الأمراض العضوية التي تزيد أعراضها عند التعرض لانفعالات القلق، ومن أهم هذه الأمراض ارتفاع ضغط الدم، السكري، الذبحة الصدرية، جلطة الشرايين التاجية، الربو،

السرطان، الإكزيما، الصدفية، قرحة المعدة، القولون العصبي، روماتيزم المفاصل (Dantchev et al,1994, P 8).

4- 4 الأعراض المعرفية:

تظهر الأعراض المعرفية على شكل صعوبة في التركيز وتشتت في الانتباه وعدم تسلسل الأفكار ومنطقيتها، التطرف في الأحكام فالأشياء إما بيضاء أو سوداء، التصلب حيث تتم مواجهة المواقف المتنوعة بطريقة واحدة، الجمود العقائدي واستخدام الانفعالات بدلا من المنطق (**المشيخي، 2009، ص 19**).

من خلال استعراض أعراض القلق المختلفة نستنتج أنها مرتبطة ببعضها البعض ولا يمكن فصلها وهي لا تظهر دائما مع بعضها في الوقت نفسه وبالشدة نفسها كما أنها تشكل الأساس الذي تقوم عليه كل نظريات القلق النفسي.

5- تصنيفات القلق:

يصنف القلق إلى:

5- 1 القلق الموضوعي:

حيث يكون مصدر هذا القلق خارجيا وموجودا فعلا ويطلق عليه أحيانا القلق الواقعي أو القلق السوي أو القلق الإيجابي وذلك لارتباط هذا النوع من القلق بموضوع حقيقي يحمل مخاطر حقيقية، ولذا يكون القلق في هذه الحالة هو رد فعل مبرر لموضوع خارجي بحيث يهيئ الفرد نفسه للتعامل مع هذا الموضوع وتجنب مخاطره، والقلق الموضوعي قلق صحي غير مرضي وهو مطلوب في حياة الفرد ولا حياة بدونه، وإذا اختفى من حياة الفرد أصبح إنسانا مريضا متبلد الوجدان (**المشيخي، 2009، ص 18**).

5 – 2 القلق العام:

ويطلق عليه بعض الأخصائيين القلق الشامل وهو غير محدد الموضوع ويتخلل جوانب عديدة من حياة الفرد، ويظهر على شكل عدم ارتياح نفسي وجسمي ويتميز بخوف منتشر وشعور بعدم الأمن، أما من الناحية الجسمية فيتميز بانقباضات صدرية أو رئوية أو تقلصات في المعدة، فالقلق العام إذن قلق غير سوي فهو أقرب إلى الناحية المرضية منه

إلى الناحية الصحية لأنه غير محدد الموضوع والمنشأ وبذلك فهو يعيق تقدم الفرد ويمنعه من مواجهة الحياة (**زهران، 1977، ص 74**).

5 – 3 القلق الخلقي:

هو نوع من الخوف الموضوعي، حيث أنه يرتبط بموضوع محدد المعالم، إلا أنه ليس خارجي المصدر بل يكون مصدره الأنا الأعلى، ويبدو في صورة إحساس الأنا بالذنب أو الخجل عندما يقترف الفرد أو يفكر في الإتيان بسلوك يتعارض مع المعايير والقيم التي يمثلها جهاز الأنا الأعلى (**أبوعزب،2008، ص 16**).

5 – 4 القلق العصابي:

وهو قلق شديد لا تتضح معالم المثير فيه و يبدو على شكل خوف من المجهول و هو ينشأ نتيجة محاولة المكبوتات الإفلات من اللاشعور والنفاذ إلى الشعور، ويكون القلق بمثابة إنذار للأنا لكي يحشد دفاعاته حتى لا تنجح المكبوتات اللاشعورية في التسلل إلى منطقة الوعي والشعور (**Freud, 1968, P 102**).

وإذا كان القلق الموضوعي يعود إلى مثيرات خارجية في البيئة، فإن القلق العصابي يرجع إلى عامل داخلي وهو دفعات الهو الغريزية التي تفشل الأنا بمكانيزماتها الدفاعية في صدها وبالتالي فإن القلق العصابي قلق مرضي يصعب التعايش أو التكيف معه.

وقد قسم فرويد القلق العصابي إلى ثلاثة أنواع هي :

5 – 4 – 1 القلق الهائم الطليق:

هو حالة خوف عام شائع طليق مستعد لأن يتعلق بأية فكرة مناسبة لكي يجد مبررا لوجوده وهو يؤثر في أحكام الفرد ويؤدي إلى توقع الشر، ويسمي فرويد هذه الحالة بالتوقع القلق (Attente Anxiense) أو القلق المتوقع (**Freud ,1968, P15**).

و يتضمن القلق الهائم استجابة مفرطة مبالغ فيها لمواقف لا تمثل خطرا حقيقيا، وقد لا تخرج في الواقع عن إطار الحياة العادية، ولكن الفرد الذي يعاني من القلق يستجيب لها غالبا كما و لو كانت تمثل خطرا ملحا أو مواقف تصعب مواجهتها.

5 – 4 – 2 قلق المخاوف المرضية:

تتضمن المخاوف المرضية إدراك بعض الموضوعات المحددة أو المواقف على أنها خطرة و مخيفة كالخوف من الأماكن الواسعة أو المغلقة أو المرتفعة أو الخوف من بعض الحيوانات الأليفة ....الخ. وهي عادة مخاوف غير معقولة وغير مبررة ويختلف هذا النوع من القلق عن القلق الموضوعي في ارتباط القلق الموضوعي بخطر خارجي حقيقي على عكس المخاوف المرضية حيث يخاف الفرد في جميع المواقف حتى غير المخيف منها، وذلك نتيجة الإلحاح المستمر لغرائز الهو المكبوتة على الأنا ودفاعاتها، مما يجعل الفرد في حالة خوف وتوجس دائمين من أن تغلبه غرائزه، فنجده يتجنب الكثير من المواقف ويتسم سلوكه بالعزلة والانطواء ويستنفذ جزاء كبيرا من طاقته في تعزيز دفاعاته، وبالطبع فإن الشخص ينسب للموضوعات الخارجية صفة التهديد والخطر مع أن التهديد والخطر ينبعثان من داخله (**المشيخي، 2009، ص22**).

5 – 4 – 3 قلق الهوس (الهستيريا):

يبدو هذا القلق واضحا أحيانا و في بعض الأحيان غير واضح، و يرى فرويد أن الأعراض الهستيرية مثل الرعشة و الإغماء و صعوبة التنفس إنما تحل محل القلق وبذلك يزول شعور القلق أو يصبح غير واضح، و ينسب فرويد إلى هذه الأعراض الهستيرية التي يسميها معادلات القلق نفس الأهمية الإكلينيكية التي ينسبها للقلق في الأمراض العصابية التي يظهر فيها القلق بصورة واضحة (**أبو عزب، 2008، ص 18**).

5 – 5 القلق الموقفي:

و هو قلق محدد بمواقف معينة أي انه قلق محدد الموضوع و هو سرعان ما يزول بزوال المسبب له.

وهناك من الأخصائيين في الاضطرابات النفسية و السلوكية من يصنف القلق حسب المنفعة و المضرة بالنسبة للإنسان، و جاء التصنيف كما يلي:

– القلق المطلوب:

ليس كل قلق سيء و مرفوض بل هناك قلق طبيعي و مطلوب، و هو القلق الإيجابي الذي يدفع الفرد إلى الإنجاز و الابتكار كقلق الطالب من قرب فترة الامتحانات مما يدفعه للمراجعة و بالتالي النجاح، فهذا القلق مفيد للفرد و للمجتمع.

- القلق المقبول:

هناك قلق يعتري جميع الناس كالخوف من الحروب أو القلق على صديق مسافر أو ولد مريض، فهذا القلق مقبول ما لم يتجاوز الحد الطبيعي و يؤثر سلبا على حياة الفرد.

- القلق المرفوض:

و هو قلق شديد يتسم بالشعور بالحسرة على الماضي و الهم على الحاضر و الخوف الدائم من المستقبل، و هذا القلق إذا سيطر على الفرد لزم علاجه لأنه يعيق تقدمه و تكيفه.

أما الدليل التشخيصي الإحصائي الرابع المراجع (DSM-IV-TR) الصادر عام 2000 عن الجمعية الأمريكية للطب النفسي فقد صنف اضطرابات القلق على النحو التالي:

- اضطراب الهلع Trouble panique
- المخاوف المحددة Phobies spécifique
- الخوف من الأماكن الواسعة Agoraphobie
- المخاوف الاجتماعية Phobie sociale
- اضطراب الوسواس القهري Trouble obsessionnel compulsif
- اضطراب الضغوط التالية للصدمة stress post - traumatique
- اضطراب الانعصاب الحاد stress aigu
- اضطراب القلق العام anxiété généralisée
- اضطراب القلق نتيجة لحالة طبية Trouble anxieux dû à une affection médicale
- اضطراب القلق الناتج عن تعاطي مواد معينة Trouble anxieux induit par une substance
- اضطراب القلق غير المصنف Trouble anxieux non spécifié

بناء على ما سبق يمكن القول أنه مهما تنوعت المسميات و المصطلحات فإنه هناك نوعين من القلق، قلق صحي يساعد الإنسان على حماية نفسه و على التقدم و المثابرة

والجد في العمل، و آخر مرضي يسيطر على الإنسان و يشل حركته، و هذا النوع من القلق يحتاج إلى تدخل و إرشاد نفسي و قد يصل في حالات كثيرة إلى العلاج النفسي.

6- النظريات المفسرة للقلق:

لقد تضاربت وجهات النظر في تفسير القلق، و قد جاء هذا التضارب من ثراء المفهوم نفسه و تعقيده في نفس الوقت لدرجة أن العديد من علماء النفس اعتبروه المحرك الأساسي لكل سلوك سوي أو مرضي ينتج عن الإنسان.

و من منطلق الاختلاف في وجهات النظر حول مفهوم القلق ستعرض الباحثة أهم النظريات التي حاولت تفسيره و هي كالتالي:

6 – 1 نظرية التحليل النفسي:

تعددت آراء رواد مدرسة التحليل النفسي في تفسيرهم للقلق، و ستحاول الباحثة تقديم عرض موجز لأفكار أهم رواد هذه المدرسة:

رأي فرويد Freud :

يعد فرويد من الأوائل الذين تناولوا موضوع القلق و لقد اعتبره في بداية كتاباته كرد فعل أو استجابة لخطر خارجي من شأنه أن يخل بالتوازن الداخلي للفرد (**Servant, 1995, P 20**)

و قد أشار فرويد إلى أن صدمة الميلاد هي المصدر الذي يبعث القلق في نفس الفرد، وأنها تشمل على سلسلة من المشاعر المؤلمة التي نتجت عن تغيير بيئة الطفل بسبب ميلاده و انفصاله عن أمه و استقلاله عنها، و هذه الصدمة و ما يتولد عنها من مشاعر مؤلمة هي الأساس الأول الذي يمهد لظهور القلق في المستقبل، حيث يصبح كل موقف أو وضعية لها علاقة بالانفصال عن الأم مصدرا للقلق (**Freud, 1968 , P 72**).

و بعد فترة من الزمن عدل فرويد نظريته في مفهوم القلق، فهو لم يعد يؤكد أن الخبرات المؤلمة التي تنتج عن صدمة الميلاد هي العامل الأساسي في القلق، و إنما قرر إلى جانب ذلك وجود مواقف خطرة تهدد الفرد في مراحل نموه المختلفة، ففي مرحلة الطفولة المبكرة يثير القلق فقدان الأم أو فقدان حبها، و في المرحلة القضيبية يثير القلق الخوف الناشئ عن التهديد بالخصاء، أما في مرحلة الكمون فإن القلق يثار بتهديد الأنا الأعلى و يسمي فرويد

هذا القلق بالقلق الخلقي و هو خوف من عدم موافقة المجتمع أو خوف الفرد من نبذ المجتمع له (**in Dumas, 2005 , P 74**).

و ينظر فرويد للقلق باعتباره إشارة إنذار بخطر قادم يمكن أن يهدد الشخصية، فعندما تحاول دوافع الهو و الأفكار غير المقبولة التي عملت الأنا بالتعاون مع الأنا الأعلى على كبتها الإفلات من اللاشعور و الاقتراب من الشعور يظهر القلق ليكون إشارة إنذار للأنا لتحشد مزيدا من القوى الدفاعية لتحول دون وصول الأفكار و المكبوتات إلى حيز الشعور. فالقلق هو إشارة إنذار في حالة الخطر الخارجي الحقيقي و يؤدي إلى استجابة الهروب وهو أيضا إشارة إنذار في حالة الخطر الداخلي المتمثل في دوافع الهو لتقوم الأنا بحشد دفاعاتها (**in Ferreri et al, 1999 p 76**).

و يشير فرويد في نظريته إلى أن القلق ينشأ عن كبت الرغبة الجنسية أو إحباطها ومنعها من الإشباع، فحينما تمنع الرغبة الجنسية من الإشباع تتحول الطاقة الجنسية (الليبيدو) إلى قلق و يتم هذا التحول بطريقة فسيولوجية بحتة (**Amar et al , 1997, P 13**)

و يرى فرويد أيضا أن الأنا هي دائما موطن القلق، فهي تستجيب للتهديدات التي تواجهها من خلال ثلاثة مصادر هي البيئة الخارجية، ليبيدو الهو و قوة الأنا الأعلى بحالة من القلق، ووفق نظره لا يؤدي الكبت إلى القلق و إنما القلق هو الذي يؤدي إلى الكبت (**in Servant, 2005, P 29**).

و يعتقد فرويد أن القلق عادة ما يكون بداية للأمراض العصابية و الذهانية، فالفرد عندما يشعر بالقلق فإنه يواجه موقفا يود التخلص منه بسرعة، فيعيش التوتر الذي لا يستطيع تحمله لفترة طويلة، و من هنا فإنه يلجأ إلى كبت الصراع فينكص إلى مرحلة من مراحل طفولته حيث يستخدم الحيل الدفاعية المميزة لهذه المرحلة، و من ثمة تتولد لديه الأعراض العصابية أو الذهانية تبعا للمرحلة التي ارتد إليها (**عن بلكيلاني، 2008، ص 47**).

ألفرد آدلر Adler :

يرى آدلر أن الأطفال عادة ما يشعرون بضعفهم و عجزهم إذا ما قارنوا أنفسهم بالكبار، ويؤدي ذلك إلى شعور الفرد بالنقص في المستقبل و الذي يحاول تعويضه عن طريق كسب حب و صداقة الآخرين و لكنه يسقط في القلق إذا ما فشل في ذلك.

و أوضح آدلر أن الشعور بالقلق ينشأ عند شعور الفرد بالقصور العضوي أو العقلي أو الاجتماعي و الذي قد يصاب به خاصة في مرحلة الطفولة مما ينتج عنه شعور بعدم الأمن و عدم الكفاية، فيحاول التخلص من هذا الشعور بطريقة عصابية تعويضية تهدف إلى تحقيق الأمن عن طريق التفوق و السيطرة على الآخرين (**عن دافيدوف، 2000، ص77**).

أتورانك Otto rank :

تعد صدمة الميلاد عند أتورانك المشكلة الرئيسية للإنسان، فهي التي تحرك في اللاشعور ذلك القلق الأصلي الناشئ عن الانفصال عن رحم الأم، و ذهب إلى أن الطفل قبل ولادته كان ينعم باللذة و السعادة في جنة الرحم، و ميلاده عبارة عن طرد له من هذه الجنة، فيشعر بصدمة شديدة مؤلمة ينتج عنها مشاعر القلق الأولي، ثم تأتي خبرات الانفصال التالية لتكرر شعور الإنسان بالقلق (**Otto rank, 1968, P 63**).

كارن هورني Horney :

ترى هورني في القلق استجابة انفعالية لخطر يكون موجها إلى المكونات الأساسية للشخصية، و تعرفه بأنه مستنتج اجتماعي يسببه تعرض الطفل منذ صغره خلال كفاح النشأة الاجتماعية لخبرات من مشاعر العزلة و العجز في عالم عدائي، و تشير إلى أن القلق الأساسي ينشأ من الصراع الناتج عن اعتماد الطفل على والديه و رغبته في التحرر منهما، فالطفل الذي لا يشعر بالحب و الاحترام في سنواته الأولى يميل إلى إظهار الكره والعداء نحو والديه و نحو الأشخاص الآخرين عامة، كما أنه يتوقع الأذى و الضرر منهم، و نتيجة لضعفه و اعتماديته على والديه فهو يكون في حالة صراع بين عدوانيته تجاه والديه و اعتماده عليهما مما يولد لديه القلق.

و لقد اتفقت هورني مع فرويد في أن القلق يؤدي إلى الكبت إلا أنها اختلفت معه في نوعية الرغبات المكبوتة و ذهبت إلى أنها رغبات عدائية تجاه الوالدين يكبتها الطفل نتيجة لخوفه من أن يفقد حبهما أو لخوفه من انتقامهما منه خصوصا إذا أظهر هذه المشاعر، كذلك اختلفت معه في سبب شعور الطفل بالعجز، حيث أشارت إلى أن كبت الطفل للعداوة يفقده القدرة على الدفاع عن نفسه و يدفعه للخضوع و الطاعة في مواقف كان يجب عليه الدفاع عن نفسه فيشعر بالعجز، بينما يرى فرويد أن سبب العجز هو شعور الأنا بالضعف أمام رغبات الهو و مطالب الأنا الأعلى (**عن دافيدوف، 2000، ص 177**).

و ترجع هورني نشوء القلق إلى ثلاثة عناصر هي الشعور بالعجز، الشعور بالعداوة، والشعور بالعزلة. كما تعتقد بوجود عدة مصادر رئيسية للقلق تكمن في أشكال المعاملة داخل الأسرة من حيث الروابط العاطفية من أهمها حرمان الطفل من العاطفة و الحب والحنان ونبذه من قبل الأسرة و تركه في اللامبالاة من دون تحقيق حاجياته، و الخلافات العائلية، وتدني فرص تحقيق العدالة في المعاملة، و القسوة و السيطرة و قلة التقدير والاحترام وسلب الحقوق الفردية، و أساليب العقاب إضافة إلى الأمراض الاجتماعية كالكذب و النفاق و الغش و التحايل و الخداع و الأنانية و العدوان و العنف.

كما ترى هورني أن هناك أربعة طرق يلجأ إليها الفرد للتهرب من القلق و هي التبرير والإنكار و التحذير و تجنب المواقف التي قد تؤدي إلى التفكير فيه **(المرجع السابق، ص 178)**.

كارل يونج Jung :

يعتقد يونج أن القلق عبارة عن رد فعل يقوم به الفرد حينما تغزو عقله قوى و خيالات غير معقولة صادرة عن اللاشعور الجمعي، فالقلق هو خوف من سيطرة محتويات اللاشعور الجمعي غير المعقولة التي لازالت باقية فيه من حياة الإنسان البدائية، و يعتقد يونج أن الإنسان يهتم عادة بتنظيم حياته على أسس معقولة منظمة، و أن ظهور المادة غير المعقولة من اللاشعور الجمعي يعتبر تهديدا لوجوده. و يقسم يونج الناس إلى صنفين هما:

المنطوي: و هو يركز أفكاره على ذاته بشكل انطوائي.

المنبسط: و هو الذي يركز انتباهه و شعوره كليا نحو خارج ذاته.

و يقع المرض عندما يصل الفرد إلى درجة من الانطواء أو الانبساط تمنعه من التكيف مع المجتمع (**عن المشيخي، 2009، ص 24**).

اريك فروم From :

يؤكد فروم على العلاقات الاجتماعية و أثرها على حياة الطفل، فهو يرى أن الطفل يقضي فترة طويلة من الزمن معتمدا على والديه، و لكن باستمرار نموه يدرك أن ذاته وحدة منفصلة، فيبدأ في محاولة التحرر من القيود التي تربطه بوالديه و يسمي فروم هذه العملية التفرد، و الطفل أثناء عملية التفرد ينتابه إحساس بالقلق و التوتر و ذلك لأن اتجاهه نحو الاستقلال يهدد شعوره بالأمن الناتج عن الاعتماد على الوالدين، كما أن هذه العملية تتطلب

منه أن يواجه المجتمع المملوء بالمخاطر و الصعوبات بمفرده دون تدخل الآخرين، فيشعر حينئذ بالعجز و القلق.

و يشير فروم إلى أن الطفل قد تكون لديه من الإمكانيات و القدرات ما يتعارض مع رغبات المحيطين به مثل الوالدين اللذان يقابلان قدرات الطفل بعدم الاستحسان و هذا ما يضطره إلى كبت الرغبات و الإمكانيات التي لا تلقى الاستحسان منهما، و كلما حاولت هذه الرغبات الظهور في الشعور شعر الطفل بالقلق لخوفه من أن يفقد حب والديه و عدم تقبلهما له، و هكذا يرى فروم أن القلق ينشأ عن الصراع بين الحاجة للتقرب من الوالدين و بين الحاجة إلى الاستقلال، كما يعتقد أن التوتر و القلق حينما يكونان موجودين لدى الأم تنعكس آثارهما في الوليد لأنه يستمد القلق من خلال الارتباط العاطفي بينه و بين أمه **(عن أبو عزب، 2008، ص 42).**

هاري ستاك سوليفان Sullivan :

يعتبر القلق عند سوليفان قوة لها أثرها في تكوين الذات و النفس، غير أنها قوة معوقة إذ تقلل من قوة الملاحظة كما تقلل القدرة على التمييز، و تعيق كذلك الفهم و الحصول على المعلومات.

و يرى سوليفان أن نفسية الطفل تتكون من نظام خاص باستحسان الوالدين لأعمال الطفل و التي تؤدي إلى شعوره بالانشراح، أما الأعمال التي لا تلقى استحسانهما فإنها تولد لديه الشعور بالقلق، و يكتسب الطفل نتيجة لذلك اتجاها سلوكيا معينا يحتفظ به طول حياته، وأية خبرة تهدد هذا النظام و الاتجاه في المستقبل تؤدي إلى القلق **(عن القاضي، 2009، ص 20).**

6 – 2 النظرية السلوكية:

تنظر المدرسة السلوكية إلى القلق على أنه سلوك متعلم من البيئة التي يعيش فيها الفرد تحت شروط التدعيم الإيجابي و التدعيم السلبي، و هي وجهة نظر مخالفة للتحليلية، فالسلوكيون لا يؤمنون بالدوافع اللاشعورية و العمليات الداخلية، بل يفسرون القلق في ضوء الاشراط الكلاسيكي، و هو ارتباط مثير محايد بمثير أصلي يثير الخوف، فيصبح المثير المحايد لوحده قادرا على استدعاء استجابة الخوف رغم أنه في طبيعته الأصلية لا يثير الخوف، و عندما ينسى الفرد العلاقة بين المثير الأصلي و المثير المحايد نجده يشعر

بالخوف عند تعرضه للمثير المحايد و يبدو هذا الخوف غير مبرر و غير واقعي و مبهم وبدون موضوع (**Servant, 2005, P 33**).

و في هذا الإطار تندرج تجربة واطسن و رينر (Watson et Rayner) على الطفل ألبرت Albert حيث قاما بتعريضه لفأر أبيض فلم يبد الطفل أية استجابة خوف إزاء الفأر، ثم ربطا تعريض الطفل للفأر بصوت مخيف و مفاجئ مما أخاف الطفل و كررا هذه العملية عدة مرات، و بعدها حذفا الصوت من التجربة فلاحظا أن الطفل قد طور استجابة خوف لمجرد رؤيته للفأر الأبيض دون سماعه للصوت المخيف، ثم عمم هذه الاستجابة على كل ما يشبه الفأر الأبيض كالقطن الأبيض، أرنب أبيض، قناع أبيض ...الخ (**Watson et Rayner , 1920, P 14**).

و يقدم سكينر نوع آخر من الاشراط هو الاشراط الإجرائي أين يتم تدعيم التعلم أو كفه حسب نتائج السلوك، فإذا كانت نتائج السلوك إيجابية سيتم تكراره (تدعيم إيجابي)، و إذا كانت النتائج سلبية سيتم تجنب الموقف (تدعيم سلبي) فمثلا في فوبيا المصاعد فإن صعود الدرج يخفف القلق و هذا ما يعزز سلوك التجنب (**Servant, 2005, P 33**).

أما مورر(Mowrer) فيرى أن اضطرابات القلق و لاسيما الفوبيا يتم تعلمها بالاشراط الكلاسيكي و يتم تثبيتها و استمرارها بالاشراط الإجرائي عن طريق التدعيم أو التعزيز، فالسلوك ذو النتائج الإيجابية يعزز إيجابيا و السلوك ذو النتائج السلبية يعزز سلبا و غياب التعزيز يؤدي إلى انطفاء السلوك. و حسب نظرية العاملين لمورر فإنه أثناء حادث صادم يرتبط مثير محايد (موضوع، موقف، حيوان..الخ) بمثير شرطي هو الألم، فيصبح هذا المثير المحايد بحد ذاته مصدرا للخوف، مما يجعل الفرد يتجنبه فيعزز بذلك خوفه و يعمل على استمراره (**Mowrer, 1960, P 54**).

و الانتقاد الرئيسي الموجه لهذه النظرية هو أنه عادة من الصعب إيجاد حادث صدمي في التاريخ الشخصي للفرد المصاب بالفوبيا.

عرض دولارد و ميلر نظريتهما " الشخصية و العلاج النفسي " و استخدما مفاهيم خاصة بهما، فقد استفادا من مفهوم الدافع و أكدا على الدور الذي يقوم به خفض الدافع في عملية التعلم، و القلق ما هو إلا دافع عندما يزداد إلى حد معين يؤدي إلى تدهور في الأداء والعكس صحيح.

و القلق عند دولارد و ميلر حالة غير سارة يعمل الفرد على تجنبها، و القلق يعتبر دافعا مكتسبا أو قابلا للاكتساب، و يحدث القلق نتيجة للصراع، و الصراع قد يأخذ الكثير من الأشكال مثل صراع الإقدام و الإحجام أو صراع الإقدام – إقدام أو صراع الإحجام – إحجام، و هذا الصراع يولد حالة من عدم الاتزان تؤدي إلى القلق و لا يكون هناك مفر من هذا الصراع حتى يعود الاتزان مرة أخرى **(عن السيد عثمان، 2001، ص 25)**.

نستخلص أن النظرية السلوكية قد أهملت اللاشعور و ركزت اهتمامها على دراسة السلوك الإنساني الظاهر، و اعتمدت على الاشراط الكلاسيكي و الإجرائي و نظريات التعلم في تفسيرها للقلق، و رغم ذلك فقد اتفقت مع التحليلية في أن القلق يرتبط بماضي الفرد أي بالخبرات المؤلمة التي تعرض لها في ماضي حياته.

6 – 3 النظرية الإنسانية:

يرى أصحاب المذهب الإنساني أن القلق هو الخوف من المستقبل و ما يحمله من أحداث تهدد وجود الإنسان و كيانه الشخصي، فالقلق ينشأ من توقعات الإنسان لما قد يحدث، و الإنسان هو الكائن الحي الوحيد الذي يدرك أن نهايته حتمية و أن الموت قد يحدث في أية لحظة، و بالتالي فإن توقع الموت هو المثير الأساسي للقلق عند الإنسان.

و يؤكد التيار الإنساني على طبيعة الإنسان ككائن خير و متميز له خصائصه الإيجابية، لذا عكف أصحاب هذا التيار على دراسة مشكلات و موضوعات ذات معنى بالنسبة لوجود الإنسان و رسالته كالإرادة و حرية الاختيار و المسئولية و تحقيق الذات، ويعتقدون أن القلق يحدث إما من أحاث راهنة " حاضرة " أو متوقعة مستقبلا بحيث تمثل هذه الأحداث تهديدا لوجود الإنسان و إنسانيته، و تعوق اهتداءه إلى معنى و مغزى لحياته و تحول دون تحقيقه لذاته، و لهذا فإن القلق من المنظور الإنساني يرتبط بحاضر الفرد ومستقبله و ليس بأحداث ماضية في حياته كما ذهب إلى ذلك التحليليون و السلوكيون . **(المشيخي، 2009، ص 28)**.

و يرى روجرز أن القلق لدى الفرد مرتبط بمقدار الاتساق و التناقض بين مفهوم الذات لديه و الخبرات التي يمر بها في حياته، فالخبرات التي تتفق مع مفهوم الذات و مع المعايير الاجتماعية تؤدي إلى الراحة و الخلو من التوتر و إلى التوافق النفسي، والخبرات التي لا تتفق مع الذات و مفهوم الذات و التي تتعارض مع المعايير الاجتماعية يدركها الفرد على

أنها تهديد و يضفي عليها قيمة سلبية، و عندما تدرك الخبرة على هذا النحو تؤدي إلى القلق و التوتر و سوء التوافق و إلى تنشيط وسائل الدفاع النفسي التي تعمل على إنكارها أو تحريفها بطريقة تقلل من عدم الاتساق بينها و بين مفهوم الذات.

أما ماسلو فقد وضع هرم للحاجات الإنسانية و هو يتكون من خمسة مستويات من الحاجات هي الحاجات الأساسية أو البيولوجية كالطعام ، الشراب، الهواء، النوم، الجنس...الخ، الحاجة إلى الأمن، الحاجة إلى الانتماء و الحب، الحاجة إلى الاحترام و التقدير، الحاجة إلى تحقيق الذات. و هو يرى أن عدم إشباع هذه الحاجات و عدم بلوغ الفرد حاجته العليا و هي تحقيق الذات سوف يؤدي إلى القلق مما يدفعه إلى إعادة محاولة إشباعها طلبا لاستعادة التوازن (**عن بلكيلاني، 2008، ص 58**).

من الملاحظ أن هذه النظرية قد اختلفت في تفسيرها لنشأة القلق مع النظريات السابقة حيث اعتبرت أن الحاضر و المستقبل هما اللذان يثيران القلق لدى الفرد عكس المدارس السابقة التي اعتبرت أن الماضي هو الذي يسبب القلق لدى الأفراد، و أصحاب هذا التيار يرون أن الإنسان كائن يجب أن نحترمه و نقدره و لا ننظر إليه كآلة و نقيم عليه التجارب وغير ذلك من الأمور التي تهدر إنسانيته، فهم يدرسون مشكلات ذات معنى للإنسان ولوجوده كالإرادة و حرية الاختيار و المسئولية، و لا شك أن هذه المعاني قريبة من مفاهيم الدين الإسلامي الحنيف.

6 – 4 النظرية المعرفية:

جاء المعرفيون بنقلة جديدة في ميدان العلاج النفسي، حيث أن أصحاب هذا الاتجاه لا يختلفون كثيرا فيما بينهم، بل يمكن ببساطة استنتاج أن جهود كل منهم جاءت مكملة لجهود الآخر.

و ترى هذه النظرية أن سبب القلق عائد إلى مغالاة الفرد في الشعور بالتهديد واعتباره مسبوقا بأنماط من التفكير الخاطئ و التشوهات المعرفية، و بالتالي سوء التفسير من قبل الفرد لإحساساته الجسمية العادية، فمثلا زيادة ضربات القلب لدى الشخص تفسر على أنها أزمة قلبية، الأمر الذي يؤدي إلى زيادة الإحساس بالأعراض السلبية (**المشيخي، 2009، ص 30**).

و يؤكد بيك في أعماله على أن توقع الفرد للأخطار و الشرور هي المكونات الأساسية التي تميز مرضى القلق، فالقلق حسبه يتوقف أساسا على كيفية إدراك الفرد للمخاطر وتقديره لها، فالفرد في حالة القلق يكون مهموما أولا باحتمال تعرضه للخطر أو الأذى حيث تهيمن عليه فكرة وجود خطر داهم يهدد صحته، أسرته، ممتلكاته، مركزه المهني والاجتماعي..الخ، و هذه المبالغة في تقدير الأخطار المحتمل حدوثها له في المستقبل تجعله دائم التشكك في قدرته على المواجهة و المقاومة مما يسبب له قلقا مستمرا.

كما يشير بيك إلى أن الأفكار الملازمة لمرضى القلق تتضمن عادة عدم الكفاءة والأهلية في الإنجاز، نقص ضبط الذات و السيطرة عليها، الرفض الاجتماعي، المرض والإيذاء الجسمي (**عن بلكيلاني، 2008، ص 64**).

و يرى المعرفيون أن للعصابيين عامة و للقلقين خاصة سمات مشتركة يمكن عرضها كالتالي:

أ – السمات المرتبطة بالانفعال:

- تبدو انفعالات الشخص القلق بدائية وأقل نضجا و ارتباطا بالموقف المثير للانفعال.
- الشخص العصابي تسهل استثارته انفعاليا، حيث يصاب جهازه العصبي بتوتر شديد لا يترك له طاقة لمواجهة المواقف الصعبة فتسود الاستجابات الانهزامية، و لكن بالرغم من سيطرة الانفعالات و شدتها إلا أن الشخصية العصابية تستطيع أن تواصل العمل والنشاط، فالانفعالات لا تحرم بالضرورة الشخص من الاستبصار بحالته، فالشخص العصابي يشعر أنه تعيس و أن قلقه و مخاوفه لا أساس لها، كما يعبر أحيانا عن احتياجه لمن يحميه من تلك المشاعر.
- إن انفعالات العصابيين المضطربة تدفعهم نحو الانسحاب الاجتماعي و الانطواء النفسي، حيث يبدو الشخص القلق أقل احتراما لذاته و ثقة في نفسه، كما يعاني أحيانا من عدم تناسب انفعالاته مع المواقف الاجتماعية المختلفة، و يرجع ذلك إلى أنه يحاول التوافق باستخدام الأساليب الهروبية و التجنبية مما يؤدي به في النهاية إلى الانطواء.

- تقل قدرة العصابيين على تبادل المشاعر بسبب عجزهم عن التعبير الحر عن الانفعالات (الضيق، الإعجاب، الغضب...الخ)، فالعصابي يقمع رغبته في التعبير عن مشاعره الحقيقية أمام الآخرين و يكتم معارضته و اختلافه، أو يرغم نفسه على قبول أشياء لا يحبها، أو قد يصبح عدوانيا أو تتذبذب حياته بين قطبي الخضوع و العدوانية.
- يشعر العصابي القلق بالانضغاط و التأزم أكثر من الشخص العادي و لفترات أطول، كما يعاني من الانفعالات المتنافرة مما يجعله دائما عرضة للاكتئاب.
- تدفع المعتقدات اللاعقلانية بالشخص القلق إلى ما يسمى بالتعقيد الانفعالي، بحيث تبدو انفعالات الفرد في صورة مركبة يصعب فهمها أو تفسيرها دون تحليل خبرات الفرد المعرفية، و تؤدي الانفعالات المركبة إلى نوبات من الغضب والعدوان.
- إن انشغال العصابي بمشكلاته الداخلية و سوء تأويله للخلافات عندما تحدث غالبا ما يؤدي إلى انقطاع الاتصال السليم بالآخرين مما يجعله يتصرف بطريقة معينة ولكنه يتوقع استجابة أخرى، كما أنه عادة ما يحول الآخرين إلى ضحايا حيث يحكم بالفشل على اختياراتهم مهما كانت، و قد يتحول هو نفسه إلى ضحية إذا ما ابتعد عنه الآخرين مما يجعله عرضة لمشاعر القلق و الاكتئاب و الوحدة والخوف والتأنيب الذاتي **(عبد الستار، 1994، ص 45).**

ب – السمات المرتبطة بالتفكير:

يرى اليس Ellis أن انفعالاتنا لا ترتبط حتما بمشكلات تقع خارج أفكارنا، فالأشخاص القلقون يعتنقون أفكارا غير منطقية تكون هي السبب الحقيقي لهزيمتهم الذاتية و لإحساسهم بمشاعر التوتر و القلق، ومن الأفكار التي تدفع الأفراد إلى الوقوع في القلق ما يلي:

- فكرة أن يكون الفرد محبوبا و مرضيا عنه من كل المحيطين به،
- الاستمرار في إدانة الآخرين و الميل إلى لومهم و تأنيبهم إذا لم يتصرفوا وفق ما يراه الفرد صحيحا.

- الإصرار أو التشبث بنمط معتاد من الحل كان في الماضي حلا كفئا و لكنه لم يعد حلا مقبولا.
- الجمود الوظيفي أو العجز عن رؤية استخدامات أو بدائل أخرى بعد أن ترسخت الأساليب السابقة.
- المبالغة و تعني إضفاء دلالات مبالغ فيها عند التعامل مع الواقع، فالشخص القلق يتوقع دائما الشر لنفسه و لأسرته، كما أنه يبالغ في تصور خبرات قد تكون محايدة في علاقاته بأصدقائه أو أقاربه أو رؤسائه، فيدركها على أنها مهينة أو محبطة، ويأخذ هذا الأسلوب إحدى الصورتين: الأولى هي تهويل الواقع ليتحول إلى سيناريو مزعج مثير للقلق، و الثانية هي التعليل و التهوين من أثر ما يقوم به الفرد، و في كلتا الحالتين تكون الرسائل الصادرة إلى العقل الباطن مضطربة ومبالغ فيها.
- التعميم من الجزء إلى الكل، حيث يعتبر التعميم المتعسف من حادثة جزئية إلى حوادث أخرى من الأخطاء الفكرية الشائعة التي تبين أنها تلعب دورا حاسما في حالات العصاب.
- التوقعات السلبية، فالمبالغة و التعميم لا يكفيان وحدهما للحكم على الشخصية بالعصابية ما لم يرتبطا بالتوقعات السلبية و التي بدونها يصعب الحكم على الشخصية بأنها مصابة بالقلق **(عن عبد الستار، ص 46).**

هذا وتعمل التوقعات السلبية على إزالة الآثار الإيجابية في حياة الفرد لأنه لا يرى من خلالها إلا المواقف السلبية فتتحول حتى الجوانب المضيئة من حياته إلى سلبيات وبالتالي فإن تلك التوقعات ما هي إلا مغالطة للنفس، حيث يرتكز القلق أحيانا على الحقائق الإيجابية أو المحايدة للتوصل إلى نتائج سلبية.

بناء على ما سبق نستخلص أن القلق في النظرية المعرفية يرجع إلى تبني الفرد لأفكار غير عقلانية ومعتقدات خاطئة وأهداف غير واقعية مما يسبب له الاضطراب ويجعله يعيش القلق الاجتماعي مع المحيطين به.

6-5 نظرية الدافع:

أعطى بعض الباحثين للقلق خاصية الدافع الذي يدفع الشخص للعمل والنشاط والتعلم وافترضوا أن الإنسان عندما يؤدي عملا ما فإنه يشعر بالقلق مما يحفزه إلى انجاز هذا العمل حتى يخفف هذا الشعور، وأشاروا إلى أن وجود القلق دليل على وجود الدافع وبالتالي تحسين الأداء ويعمل القلق في كثير من المواقف و كأنه جهاز إنذار مبكر ينشط الكائن الحي ليبذل جهدا كي ينجز ما أمامه من عمل أو ليجد حلا لما يواجه من مشكلات.

فالقلق باعتباره خوفا مرتبطا بعقوبة أو خبرة غير سارة يجعل الكائن الحي أكثر تنبها ويقظة حتى يتجنب هذه الخبرة المؤلمة، و كما أن القلق يحمي الكائن من الألم بزيادة وعيه ونشاطه ليتجنب مصادر القلق فإنه يحميه أيضا في بعض الحالات بتخفيض درجة وعيه حتى لا يتنبه لما يكدره.

و لقد افترض كل من تايلور و سبنس (Tylor & Spense) أن القلق دافع و منشط للتعلم، و قالوا أنه كلما زاد القلق زاد الأداء و التعلم، و أن أصحاب القلق العالي كان أداؤهم أفضل من أصحاب القلق المنخفض و ذلك في الأعمال السهلة و لكن كان أداؤهم ضعيفا في الأعمال الصعبة، و لقد فسر تايلور و سبنس هذه النتائج في إطار نظرية التعلم لهل، وذهبا في تفسيرهما إلى أن زيادة الدافع " القلق " لا تؤدي إلى تحسين الأداء في كل الأعمال، لأن أداء أي عمل يعتمد على قوة الدافع و قوة الاستجابة المسيطرة في موقف الأداء، فزيادة الدافع يساعد على تحسين الأداء في بعض الأعمال فقط (**عن كفافي، 1990، ص 352**).

و لقد أيد تشايلد (Chylde) نتائج تايلور و زملائه في علاقة القلق بأداء العمل السهل والعمل الصعب، لكنه رفض أن يكون القلق دافعا عاما و اعتبره منبها في موقف الأداء قد يثير الاستجابة الملائمة للعمل و قد يثير استجابات لا علاقة لها بالعمل بل و تعيق الأداء وتحجب ظهور الاستجابة الصحيحة.

و لقد أشار تشايلد إلى أن علاقة الاستجابة الصحيحة بالمنبه بسيطة و مباشرة في موقف العمل السهل، و لا مجال لظهور استجابات لا علاقة لها بالعمل.

أما في الأعمال الصعبة فإن علاقة الاستجابة الصحيحة بالمنبه علاقة معقدة و غير مباشرة مما يدع مجالا لظهور استجابات كثيرة لا علاقة لها بالعمل عند الشخص صاحب

الاستعداد العالي لإثارة هذه الاستجابات، لذا نجد أن أداء الأشخاص ذوي القلق العالي في الأعمال المعقدة ضعيف بسبب إظهارهم لاستجابات كثيرة لا علاقة لها بالعمل، و انشغالهم بها أكثر من انشغالهم بأداء العمل، فتزداد أخطاؤهم و يتعذر عليهم الوصول إلى الاستجابة الصحيحة المطلوبة، أما الأشخاص أصحاب القلق المنخفض فلا تظهر لديهم استجابات كثيرة لا علاقة لها بالعمل و لا ينشغلون بها، و يركزون اهتمامهم على الأداء فقط، فتقل أخطاؤهم و ينجحون بسرعة في الوصول إلى الاستجابة الصحيحة **(المرجع السابق، ص 353)**

وترى الباحثة أن أصحاب نظرية الدافع كانت لهم وجهة نظر مغايرة تماما في تفسيرهم للقلق حيث اعتبروا أن هذا الأخير يعد دافعا للإنسان من أجل التقدم و النجاح في الأعمال التي يقوم بها، و لكنهم في حقيقة الأمر و بعد التجربة وجدوا أن زيادة القلق إلى حد كبير تؤدي إلى إعاقة الفرد عن إنجاز أعماله و خاصة الصعبة منها، لأن القلق يجعل الفرد في حالة من الكدر و عدم الاستقرار و عدم التركيز مما يعمل على إعاقة إمكانياته وقدراته الفعلية.

نستخلص من عرض مختلف النظريات النفسية التي فسرت القلق بأن هناك اختلافات كثيرة بينها، ففرويد أرجع القلق إلى ماضي الطفل و إلى الخبرات التي تعرض لها كصدمة الميلاد و كذا إلى كبت الرغبات الجنسية و لقد خالفه في ذلك الفرويديون الجدد بسبب تركيزهم على العلاقات الاجتماعية و أثرها في نشوء القلق، أما السلوكيون فينظرون إلى القلق على أنه سلوك مكتسب تم عن طريق تعلم خاطئ حدث خلال الخبرات الماضية التي مر بها الفرد في حياته الأولى و هم بذلك يتفقون مع التحليليون في إرجاعهم للقلق إلى ماضي الفرد، في حين نجد أن أصحاب النظرية الإنسانية يعتبرون أن الحاضر و المستقبل هما المسبب الحقيقي للقلق بسبب إدراك الفرد لحتمية الموت و نهاية الحياة، أما النظرية المعرفية فترى أن القلق ينشأ نتيجة تبني الفرد و اعتناقه لأفكار لا عقلانية ولمعتقدات خاطئة و غير منطقية. و أخيرا أصحاب نظرية القلق الدافع اعتبروا أن القلق دافع للسلوك الصحيح و الناجح لكنهم أدركوا بالتجربة أن القلق الشديد يعيق الاستجابة المطلوبة و خاصة في الأعمال الصعبة.

و تميل الباحثة إلى تبني النظريات التي تتماشى تفسيراتها مع الدراسة الحالية و هما النظرية الإنسانية و النظرية المعرفية حيث أن القلق يرتبط بحاضر الفرد و مستقبله و أن

أحداث المستقبل تعد مهددة له، كما أن اعتناق أفكار غير منطقية و معتقدات خاطئة من شأنه أن يسبب له بعض الاضطرابات الانفعالية و من بينها القلق.

ثانيا: قلق المستقبل:

إن ظروف التغير الاجتماعي التي تمر بها المجتمعات البشرية و كذا مظاهر الحياة العصرية بما فيها من إيقاع سريع متسارع و إحلال الصراع محل التنافس في مختلف الميادين، إضافة إلى كثرة مطالب الحياة المادية و قلة فرص العمل و كثرة الحروب والكوارث الطبيعية و حوادث العنف و الابتعاد عن الحياة الروحية، جعلت التفكير والخوف مما تخفيه الأيام المقبلة من الأمور التي تشغل بال و تفكير كل شرائح المجتمع، بل وأصبح التفكير في المستقبل و التنبؤ به من الأمور التي تهم الشعوب و المجتمعات المتحضرة التي تحاول أن تجد لنفسها موضع على الخريطة العالمية الدولية.

1 – مفهوم المستقبل:

أطلق الفلاسفة القدماء مصطلح المستقبل للتعبير عن الزمن الآتي و ما يمكن أن يقع فيه من حوادث في مقابل الماضي، حيث اعتبر شيلنغ المستقبل زمانا يقع أمام الأشخاص ويمكن التعرف عليه إلى جانب الماضي و الحاضر، أما هيغل فيرى أن الحاضر حامل للمستقبل. ويذكر نيتشه أن أزلية الزمان تعني أزلية الماضي و أزلية المستقبل **(عن سعود، 2005،ص 49)**.

و لم يغب مصطلح المستقبل عن دراسات الفلاسفة الوجوديين و تصوراتهم عن الوجود البشري حيث عبر كيركيجارد عن نظرته إلى المستقبل بلحظة الموت **(عن عشري،2004، ص74)** واستخدم بيرجيه مصطلح المستقبل المنظور ليشير إلى موقف عقلي إزاء مشكلات المستقبل، فحدد المنظورية كصورة معكوسة للارتجاع و الاستعادة وكتب عن فكرة المستقبل المنظور بأنها تفكير مليء بالمستقبل و ذو قابلية للتطبيق في عالم متسارع، والمستقبل مختلف عن المفهوم العام له كاستمرارية زمانية، بل سلسلة من اللحظات التي لم تصل بعد، أي أن الماضي و المستقبل متغايران بالنسبة للإنسان أي ليسا لحظتين في السلسلة ذاتها وليس لهما أي معنى مادي إلا من خلال صلتهما بالأعمال، والالتفات نحو المستقبل ليس تغييرا للمشهد بل انتقال من المشاهدة إلى الفعل **(عن القاضي،2009، ص 166)**.

و تنظر الماركسية إلى المستقبل بوصفه جزءا من حركة التاريخ البشري، فهو يتضمن كل ثراء الماضي على أساس دياليكتي و ما المستقبل إلا ثمرة هذه الحركة الدياليكتية الصاعدة، و لا يشكل المستقبل سوى حافزا لمزيد من السيطرة على الطبيعة و مزيد من الحرية وانسجام الشخصية، و مفهوم انسجام الشخصية لا معنى له بمعزل عن مستقبل المجتمع ومستقبل البشرية، و المستقبل واقع ممكن قائم على التنبؤ و التوقع **(فراج، 2006،ص 746)**.

أسهم الفلاسفة القدماء بعدد من الآراء التي دخلت تفكير الإنسان عن المستقبل و يمكن تصنيفها في ثلاث نظرات:

1- النظرة الرؤيوية: التي انبثقت من التأثيرات الدينية وقد أنتجت الموضوعات الرؤيوية مزاجا من السلبية العالمية و القدرية و التراجع عن العمل الدنيوي.

2- النظرة الغائية: أي الانطلاق نحو غاية محددة.

3- النظرة النبوئية: بفكرتها عن المستقبل بوصفه الميدان الرحب لأمل الإنسان ومسؤوليته و أن المستقبل ليس حتميا و مقدرا بل يعتمد على صياغة البشرية له **(سعود، 2005، ص 50)**.

و في فترة لاحقة أثار موضوع المستقبل تفكير الباحثين حيث نظر إليه بعضهم بنظرة تشاؤمية كارثية عبر استخدامهم لمصطلحات الإبادة، و انهيار الحضارة و الإفقار والمجاعة العالميين، و هذا ما يظهر جليا في كتاب الكاتب الايطالي روبرتو فاشيا بعنوان "العصر المظلم الآتي" و كذا كتاب كوردون راتري تايلور تحت عنوان "كيف نتجنب المستقبل"، حيث ظهرت في هذين الكتابين نظرة قاتمة نحو المستقبل باعتباره أشد عنفا وأكثر اضطرابا اجتماعيا و بعثا على عدم الاستقرار(**المرجع السابق، ص 51**). و نفس النظرة القاتمة نجدها عند كورنيش الذي قدم مفهوم المستقبل بشيء من القلق و التشاؤم، حيث يرى أن أزمات اليوم قد نجمت عن الإخفاقات الماضية في معالجة ما ينشأ من صعوبات ومشكلات و أن تحقيق الأهداف المستقبلية يعتمد و بشكل كبير على قدرة الأشخاص على تفهم إمكانات المستقبل قبل الوقوع في شراك الكوارث الممكنة، و بذلك فإن دراسة المستقبل ستكون ذات أهمية بالغة خاصة مع احتمال الحروب و التدمير البيئي و انهيار النظم الاجتماعية والاقتصادية و غيرها من الأمور التي تجعل المستقبل قاتما ومقلقا. و يضيف كورنيش أن

بعض الأشخاص يشعرون بأن التقدم حقيقي من خلال التغير الاجتماعي والتقني و لكن أشخاص كثيرون في القرن العشرين أخذوا يشعرون أن التقدم وهمي خادع وأن للتقدم طريقتين لإيقاع اليأس في النفوس و هما:

1- الثمن غير المتوقع.

2- ظهور رغبات جديدة بعد إشباع الرغبات القديمة، فالتغير إذا لا يوفر إشباعا دائما، وأن أحد المظاهر غير المرغوبة للتقدم هو قدرته على إثارة التوقعات مما يسبب إحباطا وقلقا حين لا تلبى هذه التوقعات **(عن السيد عبد الدايم،1995، ص167)**.

كذلك عبر توفلر عن المستقبل بتشاؤم شديد عند إطلاقه مصطلح "صدمة المستقبل" على اعتبار أن العصر الجديد يخلق توترا خطيرا سببه كثرة المطالب لاستيعاب التغيير والسيطرة عليه، و ذكر أن الاستنتاج المزعج و المقلق هو أن الكثير من الناس يعانون من صدمة المستقبل. و قد اهتم في أبحاثه بنتائج التغيير الذي يتعرض له الأشخاص وبالطرق التي يتكيفون بها أو يخفقون في التكيف مع المستقبل، حيث حدد الكاتب لأول مرة آثار هذا التغير المتسارع الهادر الذي يقلب المؤسسات رأسا على عقب و يغير القيم و يشتت الجذور كما بين نتائجه على الفرد و على المجتمع.

و بهذا الشكل أوجد توفلر مصطلح صدمة المستقبل لوصف التوتر و التشتت الذي يحصل للأفراد نتيجة عدم تكيفهم مع كمية التغيرات المعرضين لها. و قد أجرى الكاتب مقابلات مع معالجين لأمراض نفسية و أطباء و رجال أعمال و فلاسفة و مربين، وقد كان الاهتمام مركزا على التغيير و المخاوف بشأن التكيف و القلق حول المستقبل، و قد توصل توفلر إلى قناعتين مثيرتين للقلق وهما:

أولا: أصبح من الواضح أن صدمة المستقبل لم تعد مجرد احتمال خطر بعيد، و إنما مرض حقيقي يعاني منه العديد من الأشخاص و بشكل متزايد، و هذه الحالة النفسية الجسمانية يمكن أن توصف بتعابير طبية و نفسية وهي مرض التغيير.

ثانيا: بدأ توفلر تدريجيا استنكار قلة المعرفة حول قابلية التكيف سواءا من قبل أولئك الذين يخلقون تغيرات هائلة في المجتمع أم من قبل هؤلاء الذين يفترض بهم أن يهيئونا للتغلب

على هذه التغيرات، و يشير هنا إلى عدم توفر نظرية وافية عن التكيف لمساعدة الناس وإعدادهم للتعامل مع المستقبل (**عن سعود، 2005، ص 52**).

من خلال مواضيع حول تبدد الأمل و أهوال الغد و إبادة الإنسان و انهيار الحضارة، يبرز المستقبل كمصدر للرعب بعد أن قدم ذات يوم الراحة و التصميم على بلوغ الأهداف في عالم من الآلام، وبات الإنسان يخشى من إمكانية عدم وجود مستقبل مرغوب.

و في مقابل هذه النظرة التشاؤمية نحو المستقبل هناك من العلماء من ينظر إلى المستقبل بشيء من التفاؤل، حيث ذكرت مرغريت ميد خلال دراستها الانتربولوجية أن هناك حاجة إلى إيمان عقلاني بمستقبل الحياة الإنسانية لأن العالم ترعبه القوى التدميرية وأصبح الناس في شتى أنحاء العالم بمعلوماتهم عن بعضهم البعض و استجابة الواحد منهم للآخر مجتمعا توحده المعرفة و المخاطر. و تضيف ميد بأن المستقبل هو دائما (على وشك) وليس موجودا و لكنه في بعض الثقافات موجود و يرى الفرد فيها أن المستقبل (في متناوله)، و تقترح بدلا من أن يكون المرء أسير الماضي تحريك المستقبل و نقله إلى الحاضر، وجملة ميد (المستقبل هو الآن) أداة ربما يعاد بها بناء التفكير حول المستقبل (**عن بلكيلاني، 2008، ص 55**).

و في نفس السياق يؤكد دي جوفنيل أنه يمكن حيازة معرفة ايجابية عن الماضي ولكن المعرفة المفيدة الوحيدة تخص المستقبل، و يذكر أن الحالة المستقبلية لمجتمع ما تعرف فقط في مجتمع سكوني تماما لا تتغير ثقافته، إذ أن معرفة المستقبل في مجتمع ما تتناسب عكسيا و معدل تقدمه، فحين يتسارع التغير الاجتماعي فإن عددا متزايدا من المشكلات يواجه القادة، و قد اقترح جوفنيل إنشاء ما دعاه منبر الحدس الذي سيوفر وسيلة لتطوير الأفكار عما يحدث في المستقبل، و تخيل هذا المبدأ كمؤسسة يجمع فيها أصنافا مختلفة من الخبرات لتصل إلى تنبؤات أكثر عمومية، ومن هنا أكد أن المستقبل ليس عالم الصحيح أو الزائف بل عالم الاحتمالات (**المرجع السابق ، ص 73**).

استنادا إلى ما سبق يمكن القول أن المستقبل هو ما يصنعه الإنسان بدءا من حاضره، فهو حصيلة هذا الحاضر و هو افتراض و ليس موجودا بعد، و هذا الافتراض يكتسب ملامحه الأولية من حركة الواقع الراهن، و ينشأ القلق من المستقبل من احتمال إخفاق الخطط التي تسعى إلى تكوين المستقبل و هذا ما يسوغ افتراض المستقبل ككيان خاص له

مقوماته و مكوناته و آلياته التي يتحقق عبرها بالرغم من العلاقة بينه و بين الحاضر، والمستقبل قد يشكل لدى البعض مجالا لحل المشكلات و تحقيق الرغبات و الأهداف في حين قد يقيم عند البعض الآخر على أنه مجال للتهديد و الخوف و الانشغال العام، وهنا يصبح المستقبل مصدرا من مصادر القلق.

2 – منظور الزمن المستقبلي و التوجهات المستقبلية و قلق المستقبل:

برز المستقبل في الآونة الأخيرة كموضوع لدراسات جادة من خلال مفاهيم عديدة كمنظور الزمن المستقبلي و التوجه المستقبلي، حيث أشار السيد عبد الدائم عبد السلام إلى أهمية المستقبل بقوله إن المستقبل مكون رئيسي لسلوك الشخص، و القدرة على بناء أهداف شخصية بعيدة المدى و العمل على تحقيقها هي صفة هامة للكائنات الإنسانية، كما أن عدم القدرة من الناحية النفسية لبعض الناس على إنجاز الخطط المستقبلية البعيدة المدى يرتبط بالافتقار إلى منظور الزمن المستقبلي، و الذي عرفه على أنه:" نزعة الفرد لإعطائه أهمية كبيرة للأهداف بعيدة المدى و الاعتقاد في أن العمل الجاد هو الوسيلة لإنجاز تلك الأهداف **(السيد عبد الدايم، 1995، ص 63)**.

ولقد استخدم الباحثون مترادفات عديدة لمصطلح منظور المستقبل حيث تم استخدامه بمعنى فهم الزمن من طرف بانابارت و كوهين (Banaparte et Cohen) وسمي بتوجه الزمن من قبل بارندت و إيسلر (Barndt , Eissler) في حين استعمله كوبر و كوبر وتوتيل (Cooper,Cooper,Tuthill) بمعنى إدراك الزمن **(المرجع السابق، ص 64)**.

لقد أدى منظور الزمن المستقبلي في بعض الدراسات دور السبب باعتباره متغيرا مستقلا و هذا ما نجده في أبحاث ديفولدير و لينز 1982 التي درست تأثير منظور الزمن المستقبلي على الدافعية و وضع الأهداف و توصلت إلى أن الأفراد الذين يعتقدون أن بعض أشكال السلوك تستحق أن تُتخذ بسبب فوائدها المستقبلية حتى و لو كانت نتائجها السريعة غير مرغوبة لديهم، أو كانت هناك تكاليف حالية لذلك السلوك، فهم مستعدون للتضحية بالفوائد الفورية كالراحة و السرور من أجل الوصول إلى أوضاع مستقبلية مرغوبة أكثر. هذا ويرى ديفولدير و لينز أن منظور الزمن المستقبلي يتكون من جانبين:

- الجانب المعرفي: و يتمثل في القيمة الأداتية للهدف و التي تعرف على أنها الفرق بين الاحتمال الموضوعي للوصول إلى الهدف بالعمل و الاحتمال الموضوعي للوصول إليه بدون عمل.
- الجانب الدافعي: و يتمثل في عزو الأهمية العالية للهدف إلى المستقبل البعيد **(عن سعود، 2005، ص 57).**

و تشير ترمسدورف Trommsdorff في دراستها حول منظور الزمن المستقبلي والتحكم بالمستقبل إلى أن حاجة الأمن تدعو الإنسان إلى الحصول على المعرفة حول الذات و حول المحيط و حول العلاقة بينهما و حول التطور في المستقبل و أنه دائما تزداد لديه الرغبة في حل مشكلة عدم التأكد و معرفة ما سيكون عليه المستقبل و التحكم فيه. وترى أن التوقعات و التقييمات و الاعتقادات حول الذات و حول العلاقة بين الذات والمحيط في المستقبل تعتبر أجزاءا من منظور الزمن المستقبلي و أن منظور الزمن المستقبلي و التحكم في المستقبل ينظمان سلوك الفرد و يمثلان بنية معرفية للمستقبلو ومؤشرات للإرشاد فيما يتعلق بظروف غير مؤكدة و تقييما للأحداث الممكنة الوقوع وللاستراتيجيات و النواتج، كما ترى أيضا أن الفروق الفردية في منظور الزمن المستقبلي تعتمد على الخبرات الاقتصادية والاجتماعية للفرد أي أنه لا يمكن تجاهل آثار الظروف الاجتماعية والحضارية التي يجري بها تطور الفرد و التي تؤثر على تحديد أهدافه ونوعية خبراته **(عن حسانين،2000، ص 43).**

و يمكن القول من خلال ملاحظة ما كتب في مجال دراسات متحولات الزمنية أنه في حال وجود تأثيرات سلبية فإن الزمن المستقبلي يتناقص بشكل ملحوظ و تتناقص معه الأفكار حول المستقبل بينما يميل زمن الماضي إلى الامتداد و الزيادة، و يحدث العكس في حال وجود تأثيرات ايجابية حيث يميل الزمن المستقبلي إلى الامتداد و تتزايد معه الأفكار حول المستقبل.

أما فيما يخص مفهوم التوجه المستقبلي فتعرفه ترمسدورف بأنه:" ميل معمم محدد لدى الفرد لتوقع التطورات المستقبلية و تقييمها و يتضمن تقييمات و توقعات ذاتية شاملة للزمان

و توقعات محددة للمكان، و هو طريقة معقدة لتنظيم معارف و تقييمات الفرد وأشكال سلوكه ذاتيا فيما يتعلق بالمستقبل **(المرجع السابق، ص 47).**

و يرى لارس ايريك Lars Erik أن التوجه المستقبلي يشير إلى تفكير الناس الكلي حول مستقبلهم بما فيه أهدافهم و مخططاتهم و تقييمهم للنتائج المحتملة و أن هذا المفهوم أي التوجه المستقبلي مبني على معارف مركبة منها التفكير المسبق الذي عرفه باندورا عام 1986 على أنه صور من الأحداث المستقبلية المرغوب فيها و التي تميل لأن تُوجد السلوك الأقرب إلى تحقيقها **(عن عشري، 2004، ص 76).**

و لقد اعتبر توباك أن التنبؤ بالأحداث المستقبلية معيار إدراكي حساس للتكيف الإنساني الفعال، يزود الأشخاص بإحساس التحكم بالذات و يوفر مصدرا للتكيف مع البيئة.

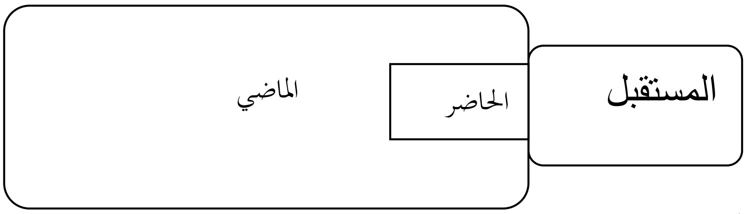
و في هذا الصدد وجد برالي (Braley) و فريد (Freed) اللذين قاما بدراسة مرضى نفسيين من البالغين أن الأفراد الطبيعيين من العينة الضابطة كانوا أقدر على إسقاط أنفسهم ابعد في المستقبل مقارنة بالمرضى و ذلك في مهمة رواية القصة للتعبير عن امتداد المستقبل **(عن سعود، 2005، ص 55).**

كما توصل كاتل من خلال دراساته إلى أن هناك فروقا بين الأفراد القلقين و الأفراد المنجزين فيما يتعلق بالتوجه المستقبلي، حيث وجد أن المنجزين اتجهوا إلى إدماج زمن الحاضر مع زمن المستقبل و ذلك بخلاف القلقين الذين لم يستطيعوا دمج زمن الحاضر وزمن المستقبل بشكل مستمر، فالفرد المنجز يحول الزمن الحالي إلى طاقة من أجل النشاط و التحكم، بينما يجد القلق أن تيار الزمن يخرج عن نطاق تحكمه و يرغب بالعودة إلى المألوف و الآمن **(عن بدر، 2003، ص 73).**

و أشارت مي (May) إلى المستقبل من خلال نظرة الإنسان إلى نفسه عبر الزمن حيث ترى أنه يجب أن يتكون لدى الفرد شعور بالاندماج الزمني، إذ أن الشخصية ذاتها لا يمكن أن تُفهم إلا كما نراها عبر المسار باتجاه الزمن و أن مفهوم الهوية يرتبط بفكرة كيف ينظر الإنسان إلى نفسه عبر الزمن فموقف الشخص نحو المستقبل سيقرر بشكل كبير معرفة الماضي و من ثمة الحاضر، فما يتعرض له الأشخاص من أحداث في الواقع الراهن ينعكس على المستقبل حيث لا يوجد قلق المستقبل بعيدا عن تجسداته الواقعية، ففي حالة التأثير السلبي الذي يتعرض له الفرد في حاضره فإنه يعود بالتأثير على تقليص مساحة

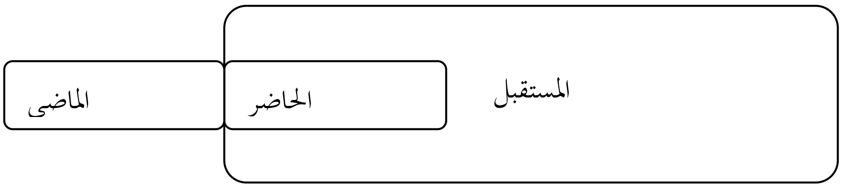
المستقبل بالنسبة له، و في هذا الصدد يرى بدوي أن القَلق يشعر بضرورة توقيف الزمن وربما يحدث ذلك لا شعوريا من أجل الهروب مما يحمله المجهول **(عن سعود، 2005، ص 55).**

وتجدر الإشارة إلى أن الاندماج الزمني بين الماضي و الحاضر و المستقبل يتم إما بشكل ايجابي معبرا عن التوازن و التوجه نحو المستقبل أو بشكل سلبي معبرا عن الخوف والقلق من المستقبل، و يمكن توضيح ذلك بالشكلين (1) و (2):



شكل رقم (1) اندماج زمني سلبي **(عن سعود، 2005، ص 92).**

نلاحظ من الشكل (1) أنه في حالة الاندماج الزمني السلبي فإن الحاضر يكون مغروسا في الماضي مع تضييق في مساحة المستقبل.



شكل (2) اندماج زمني ايجابي **(عن سعود، 2005، ص 92).**

نلاحظ من الشكل (2) أنه في حالة الاندماج الزمني الايجابي فإن الحاضر يكون مغروسا في المستقبل مع تضييق في مساحة الماضي.

و لكن لا بد من التنويه إلى أن عمر الإنسان ذو أهمية في إدراكه للأبعاد الزمنية، فالمسن يرى مساحة المستقبل ضيقة في حين يعطي للحاضر المغروس في الماضي المساحة الأوسع، و العكس صحيح بالنسبة للمراهقين و الشباب (**المرجع السابق، ص92**).

و يشير فليب. ج. زيمباردو (Philip . G . Zimbardo) إلى أنه لا يوجد متحول أو فعل نفسي ذو تأثير أعظم و على مدى أوسع على الأفكار و المشاعر الإنسانية من عامل توجه الزمن النفسي، و قلة هم علماء النفس و الاجتماع الذين بينوا أهمية توجه الزمن على أنه أساس للكثير من الحوافز لدى الإنسان و للأداء المعرفي و السلوك الاجتماعي.

ويضيف أنه إذا كان الإنسان يركز بشكل رئيسي على النتائج المتوقعة للأفعال و يتخيل مجموعة الأحداث البديلة المرتبطة بمسارات الأفعال المختلفة و يعتبر النتائج السلبية والتكاليف مقابل المكاسب المتوقعة فإنه سيصنف بأنه يتصرف بسلوك موجه نحو المستقبل، و لكن لكي يصبح الإنسان متجها نحو المستقبل فإن هذا الأمر يتطلب شعورا بالثقة في الآخرين مع مجموعة من المعتقدات حول إمكانية التنبؤ و التحكم، و هذا يتطلب عادة النشوء في مجتمع يتمتع بدرجة من الاستقرار الاقتصادي و الاجتماعي و السياسي والنفسي و هذه السمات لا تنطبق على الغرباء و لا على عابري السبيل و لا على المهاجرين والمحرومين **(عن إبراهيم، 2006، ص 87).**

استنادا إلى ما سبق يمكن القول أن التوجه المستقبلي عند الأفراد يأخذ شكلين، إما اتجاها متفائلا إذا كان الفرد ينظر إلى المستقبل على أنه مساحة لتحقيق الأهداف مملوء بالأمل ومولد للأفعال البناءة وإما توجها متشائما إذا كان الفرد ينظر إلى المستقبل على أنه مساحة لعدم التأكد و لعدم الاستقرار أو أنه مجال للتصورات و التنبؤات السلبية حول الأحداث المستقبلية و هذا ما يولد لدى الفرد موقفا معرفيا عاطفيا معقدا و سلبيا يشير إلى القلق المستقبلي.

و هنا يذكر رابابورت Rappaport أنه قد درس مفهوم الزمنية من أجل فهم قلق المستقبل، و أن علم النفس كان و لا يزال يعالج القلق حول الماضي و القلق الاستباقي في الحاضر و أنه لم تجر أبحاث حول الخوف من المستقبل البعيد، وحتى وقت قريب كان الاهتمام بالمستقبل البعيد نوعا من الأداء غير المنظم، إلا أن الكثير من الاهتمامات الملحة يمكن أن تجبر الأفراد المتكيفين على التعامل مع المخاوف المستقبلية و أن الشعور المتدفق بالمستقبل يعتبر مرادفا للحس الثابت بالذات و بالصحة **(Rappaport, 1991, P 68).**

و على الرغم من إغفال دراسة قلق المستقبل نسبيا إلا أن هذا المفهوم ظهر بقوة من خلال الدراسات التي تتعلق بمنظور الزمن المستقبلي و مفهوم التوجه المستقبلي، حيث يرى إبراهيم محمود أن قلق المستقبل وثيق الصلة بمفهوم التوجه نحو المستقبل، فهما على طرفي متصل واحد، فبقدر ما يكون قلق المستقبل حافزا على الإنجاز فإنه يقترب من التوجه نحو المستقبل، و بقدر ما ينخفض مستوى التوجه نحو المستقبل لدى الفرد فإنه يعبر عن قلقه من المستقبل و دفاعه ضد هذا القلق بالإغراق في الحاضر.و بهذا استنتج إبراهيم محمود أن

التوجه نحو المستقبل مفهوم ايجابي بينما قلق المستقبل مفهوم سلبي، لكن محمد أنور فراج يرى أن قلق المستقبل يمكن أيضا اعتباره مفهوما ايجابيا إذا أُخذ من وجهة النظر الوقائية، بمعنى أن الشخص يحدد مجالات مخاوفه من المستقبل و يحاول أن يعد الدفاعات النفسية والعقلية لها كي يستطيع مواجهتها بنجاح **(فراج، 2006، ص 4)**.

كما وصف زالسكي مفهوم القلق المستقبلي على أنه قريب من منظور الزمن المستقبلي وأن هذا المفهوم من التعابير التي لم تجد بعد مكانا في القواميس المختصة بعلم النفس، وهذا ما لمسناه بالفعل أثناء مرحلة البحث حيث تبين لنا أنه لم يكتب عن القلق المرتبط بالمستقبل سوى الشيء القليل.

3 – علاقة الماضي و الحاضر و المستقبل بقلق المستقبل:

أكد جون ماكهيل أن المستقبل جزء لا يتجزأ من مقومات الحالة الإنسانية، فعندما يفترض الإنسان المستقبل فإنه يحتمل حاضره و يجعل ماضيه ذا معنى، فالماضي والحاضر يتداخلان في توقع الأعمال المستقبلية و التنبؤ بها، و يتعلق المستقبل بكل ما هو آت بالنسبة للأفراد، و ينظر إليه على أنه طاقات الحاضر و لكن مضاف إليها الإنسان. ويؤكد المستقبليون أن المستقبل لا الماضي هو بؤرة الفعل الإنساني و أن قيمة الماضي تكمن في إمكانية استخدامه لإنارة المستقبل من خلال مبدأ التواصل و الاستمرارية، وبهذه الطريقة يكون المستقبل مثل الحاضر، فالوضع الذي يمكن أن يلاحظ اليوم سيبقى أو أنه سيواصل تغيره بنفس الطريقة. و المبدأ الآخر يدعى " مبدأ القياس " و هو مبني على ملاحظات الأفراد أن الأحداث تتكرر من وقت لآخر، و كثيرا ما تبرز سمة القلق من المستقبل نتيجة قراءة الحاضر على أنه عامل مهدد، إضافة إلى عامل الخوف من توقع أن يعيد المستقبل ما وقع من أحداث غير مرغوبة في الماضي **(عن حسانين، 2000، ص 24)**

و يشير السيد عبد الدايم إلى أنه يتم التنبؤ بالمستقبل عن طريق مد اتجاهات الحاضر إلى المستقبل، و أن إرهاصات المستقبل بادية إلى حد كبير في مسيرته الحالية **(السيد عبد الدايم، 1995، ص 60)**. و يؤكد وجوديون كثر على الحاضر لأن فيه تتخذ القرارات التي ستحدد المستقبل و تقرره، فالحاضر حد متحرك بين ما حدث و ما سيحدث و هو نطاق الخبرة بالذات وبالعالم، و هو الفترة الزمنية التي يخبرها الأشخاص و يفكرون فيها و فيه يمتزج الماضي المباشر و المستقبل المباشر و يتداخلان تداخلا تاما، فتتصل مفاهيم الوضع

المباشر الذي يجدون أنفسهم فيه بذكريات الأوضاع الماضية و بالرغبات الخاصة والتصورات عما يريدونه مستقبلا، و تتصل في نفس الوقت مفاهيم حول الأعمال التي يتم فعلها و من ثمة يجرى تقويمها. و من هنا يمكن تعريف الحاضر على أنه الفترة الزمنية التي تتخذ فيها القرارات و تنجز فيها الأعمال **(المرجع السابق، ص 92)**.

و يمكن التحري عن قلق المستقبل من خلال مفهوم الحاضر باعتبار أن تحليلا دقيقا للحاضر يظهر أمرين اثنين: قد ينتج هذا التحليل إشارات إلى أن بنية الحاضر تحتمل وجود عناصر قابلة للاستمرار و تتضمن حوافز لنشوء القلق المستقبلي إضافة إلى أن كل تحليل أو قراءة للحاضر لا بد من أن تفسح مجالا لاحتمالات سلبية تنشأ لاحقا و تشكل مصدرا للقلق **(سعود، 2005، ص 72)**.

استنادا إلى ما سبق يمكن القول أن مقومات المستقبل تنشأ من العلاقة مع الماضي والحاضر و أن قلق المستقبل ينشأ من الخبرات الماضية غير السارة و من ظروف الحاضر الصعبة، حيث يتوقع الفرد من خلال مبدأ الاستمرارية و التواصل أن تستمر الأوضاع الحالية في المستقبل، كما يخاف من أن يعيد الماضي نفسه مستقبلا مما يؤدي به إلى حالة من التوجس و الترقب و الخوف من كل ما يحمله الغد.

4 – مفهوم قلق المستقبل:

إن أحد مصادر القلق هو توقع تهديد ما، سواءا كان هذا التهديد معلوما أو غامضا، ومن البديهي أن التوقع يرتبط بالأحداث المستقبلية، فالقلق إذن ينجم من الخوف بشأن أمور يتوقع الفرد حدوثها في المستقبل حيث يرى ماتيوس (Matheus) أن القلق هو حذر دائم متواصل بالخطر المستقبلي الممكن**(عن عشري، 2004، ص54)**، و التفكير بشأن الأحداث المستقبلية لا يشكل مشكلة إلا إذا صاحبها قلق لا يمكن السيطرة عليه.

و يظهر قلق المستقبل كسمة نفسية بارزة من خلال تعرض العنصر البشري لمجموعة من التغيرات و الضغوطات و التي ينجم عنها شعور بعدم الوثوق بالمستقبل، حيث يرى توماس أن قلق المستقبل هو خوف من شر مرتقب في المستقبل **(عن سعود، 2005، ص6)**

أما سلوى عبد الباقي فترى أن قلق المستقبل هو أحد أنواع القلق المرتبط بتوقع الفرد للأحداث المستقبلية خلال فترة زمنية أكبر، فعندما يفترض الإنسان مستقبله فإنه يحتمل حاضره و يتخيل ماضيه، فالماضي و الحاضر يتداخلان في التنبؤ بالأحداث و الأعمال المستقبلية **(عن القاضي، 2009، ص 29).**

و تعرف إيمان صبري قلق المستقبل بأنه خوف من شر مرتقب في المستقبل ناتج عن تكامل بين قلق الماضي و الحاضر و المستقبل(**صبري، 2003، ص 53).**

و يذكر إبراهيم (2006) أن قلق المستقبل هو القلق الناتج عن التفكير اللاعقلاني في المستقبل و الخوف من الأحداث السيئة المتوقع حدوثها في المستقبل **(إبراهيم، 2006، ص 13).**

و يشير كرميان (2008) إلى أن قلق المستقبل هو شعور انفعالي يتسم بالارتباك والضيق و الغموض و توقع السوء و الخوف من المستقبل و شل القدرة على التفاعل الاجتماعي **(كرميان، 2008، ص 07).**

و قد حدد قلق المستقبل في دراسة الجنابي و صبيح بأنه الخوف من المستقبل، أو توقع لشيء ما أو صراع في داخل النفس بين النوازع و القيود التي تحول دون تلك النوازع **(الجنابي و صبيح، 2004، ص 18).**

و يعرف معوض (1996) قلق المستقبل بأنه القلق الناتج عن التفكير في المستقبل، والشخص الذي يعاني من قلق المستقبل هو الشخص الذي يعاني من التشاؤم من المستقبل والاكتئاب و الأفكار الوسواسية و قلق الموت و اليأس، كما أنه يتميز بحالة من السلبية والانطواء و الحزن و الشك و التثبيت و النكوص و عدم الشعور بالأمن **(معوض،1996، ص28).**

و تشير العجمي إلى أن قلق المستقبل قلق محدد يدرك الفرد أسبابه و دوافعه ويصاحبه عادة صور من الخوف و الشك و الاهتمام و التوجس بما سيحدث من تغيرات سواء كانت شخصية أو غير شخصية و ينتج من الشعور باليأس و عدم الآمان و عدم الثقة من حيث التحكم بالنتائج و البيئة **(العجمي، 2004، ص 11).**

و يرى العشري أن قلق المستقبل خبرة انفعالية غير سارة يتملك الفرد خلالها الخوف الغامض نحو ما يحمله الغد الأكثر بعدا من صعوبات و التنبؤ السلبي للأحداث المتوقعة

والشعور بالتوتر و الضيق و الانقباض عند الاستغراق في التفكير فيها، و ضعف القدرة على تحقيق الأهداف و الطموحات و الإحساس بأن الحياة غير جديرة بالاهتمام و الشعور بعدم الأمن و الطمأنينة نحو المستقبل و الانزعاج و فقدان القدرة على التركيز و الصداع **(العشري، 2004، ص 139)**.

و يذكر المشيخي (2009) أن قلق المستقبل هو شعور بعدم الارتياح و التفكير السلبي اتجاه المستقبل و النظرة السلبية للحياة و عدم القدرة على مواجهة الأحداث الحياتية الضاغطة و تدني اعتبار الذات و فقدان الشعور بالأمن مع عدم الثقة بالنفس (**المشيخي، 2009، ص 47)**.

و تعرف القاضي قلق المستقبل بأنه الخوف من مجهول يجعل الفرد يشعر بعدم الاستقرار و الخوف من الموت و مواجهة الحياة المستقبلية و الخوف من التغيرات الاجتماعية والسياسية المتوقع حدوثها في المستقبل مع التوقعات السلبية لكل ما يحمله المستقبل و هذا ما يسبب لديه حالة من التشاؤم و اليأس قد تصل إلى درجة الاضطراب **(القاضي، 2009، ص 08)**.

و يرى بلكيلاني أن قلق المستقبل هو اضطراب نفسي ناتج عن حالة خوف من المستقبل لأسباب ظاهرة أو مجهولة تجعل صاحبها في حالة من التوتر أو السلبية أو العجز تجاه الواقع و تحدياته على المستويين الفردي و الجماعي (**بلكيلاني، 2008، ص 27)**.

و تشير ناهد سعود إلى أن ظاهرة قلق المستقبل أصبحت واضحة في مجتمع مليء بالتغيرات و مشحون بعوامل مجهولة المصير و أنها ترتبط بمجموعة من المتغيرات كرؤية الواقع بطريقة سلبية انطلاقا من المشكلات الحاضرة، حيث يأتي هنا قلق المستقبل كخوف من حدوث مساوئ سببها أمور تحدث في الحاضر و يكون لها إسقاطات سلبية على المستقبل، كما ترتبط بالآلية الإستعرافية حول الواقع و حول الذات و كذا بالإدراك بعدم السيطرة و العجز و الإحساس بعدم التحديد للمستقبل عبر مشاعر الغموض و عدم الوضوح كما ترتبط هذه الظاهرة أيضا بسمات شخصية تساهم في تقييمات الفرد الانفعالية حول الأهداف الشخصية و التوقعات المستقبلية بالنسبة لمجلات الحياة المختلفة، هذا و قد عرفت سعود قلق المستقبل بأنه جزء من القلق العام المعمم على المستقبل، يمتلك جذوره في الواقع الراهن و يتمثل في مجموعة من البنى كالتشاؤم و إدراك العجز في تحقيق الأهداف الهامة

وفقدان السيطرة على الحاضر و عدم التأكد من المستقبل، و لا يتضح إلا ضمن إطار فهمنا للقلق العام (**سعود، 2005، ص 63**).

و يذكر زالسكي Zaleski أن قلق المستقبل حالة من الانشغال و عدم الراحة بشأن التمثيل المعرفي للمستقبل الأكثر بعدا، وهو عبارة عن مزاج أو استعداد شخصي، و يمكن تعريفه على أنه:" حالة من التوجس وعدم الاطمئنان و الخوف بشأن تغيرات متوقعة الحدوث في المستقبل الشخصي البعيد، أو توقع حدوث أمر سيء كأن تقلق الفتاة بشأن نجاحها في أن تكون أما جيدة في المستقبل، وفي حالة قلق المستقبل القصوى فهذا يعني أن هنالك تهديدا حادا أو هلعا من أنه ثمة شيء كارثي حقيقي يمكن أن يحدث للشخص".

أما فيما يتعلق بالأسس السيكولوجية لقلق المستقبل فيؤكد زالسكي على أن قلق المستقبل في علاقة ترابطية مع المتغيرات التالية: الميل أو النزوع لمقاومة القلق، الخبرات المعاشة على المستويين الفردي و الاجتماعي، الأحداث الاجتماعية و السياسية المتعلقة بالمجتمع (الأمة، الدولة) مثل الصراعات السياسية و العسكرية و ظهور مخاوف أو تهديدات عامة كالإرهاب و الأوبئة (**Zaleski, 1996, PP 174- 185**).

و يركز أبو مدين الشافعي في تعريفه لقلق المستقبل على ما يميز المصاب بقلق المستقبل، وترى الباحثة أنه بذلك لا يعرف قلق المستقبل وإنما يصف الحالة التي يعيشها المصاب به، حيث يشير إلى أن الخائف من المستقبل يتميز بالرغبة من التخلص من الماضي و عدم القدرة على مواجهة المستقبل، و الكذب بمناسبة أو بدون مناسبة، كما أنه يتميز بالرجوع إلى مرحلة سابقة من مراحل النمو و تظهر عليه علامات التشاؤم والانطواء و الحزن و التردد و الشك و عدم الثقة في أحد، كما أنه يتميز بالسلبية و عدم الشعور بالأمن (**عن بلكيلاني، 2008، ص 26**).

أما هاملتون Hamilton فيركز في تعريفه لقلق المستقبل على الأسباب المؤدية إليه، حيث يرى أن قلق المستقبل هو القلق الذي يحدث بسبب التفكير أو التصرف أو السلوك أو النشاط تجاه المستقبل (**عن بلكيلاني ، ص 27**).

وتجمع زينب شقير بين تعريفات زالسكي و هاملتون و أبي مدين الشافعي لتخرج بتعريف يجمع بين الأسباب المؤدية إلى قلق المستقبل و وصف لحالة المصاب به و كذا للنتائج السلبية أو الكارثية التي يمكن أن يؤول إليها، حيث تعرف قلق المستقبل بأنه:" خلل أو

اضطراب نفسي المنشأ ينجم عن خبرات ماضية غير سارة، مع تشويه و تحريف إدراكي معرفي للواقع و للذات من خلال استحضار للذكريات و الخبرات الماضية غير السارة، مع تضخيم للسلبيات و دحض للإيجابيات الخاصة بالذات و الواقع، تجعل صاحبها في حالة من التوتر وعدم الأمن مما قد يدفعه لتدمير الذات و العجز الواضح و تعميم الفشل و توقع الكوارث، و تؤدي به إلى حالة من التشاؤم من المستقبل و قلق التفكير في المستقبل والخوف من المشكلات الاجتماعية و الاقتصادية المستقبلية المتوقعة و الأفكار الوسواسية وقلق الموت و اليأس (**شقير، 2005، ص 5**).

ومن الجدير بالذكر أنه لا بد من التفريق بين قلق المستقبل و القلق العام حيث يفرق زالسكي بين قلق المستقبل و القلق بصفة عامة بأن الأول يعني حالة من الانشغال و عدم الراحة و الخوف بشأن التمثيل المعرفي للمستقبل الأكثر بعدا، و الثاني شعور عام بالخوف و التهديد، فالإنسان حين ينظر إلى المستقبل فإنه يخشى العديد من الأشياء والأحداث التي قد يتعرض لها في المستقبل، و يضيف إلى هذا أن كل أنواع القلق المعروفة لها بعد مستقبلي، و لكن هذا البعد محدود و قاصر على فترات زمنية محدودة: دقائق أو ساعات أو أيام على الأغلب، و على العكس من ذلك فإن قلق المستقبل يشير إلى المستقبل ممثلا في مدة زمنية كبيرة (**Zaleski, 1996, P 184**).

و بناءا على ما سبق و تساوقا مع أهداف البحث و مكوناته المنهجية تعرف الباحثة قلق المستقبل على أنه : " أحد أنواع القلق العام، يتميز بوجود استعداد له، و هو خبرة انفعالية غير سارة تتسم بالترقب و التوجس و عدم الاطمئنان و الخوف مما يحمله المستقبل الأكثر بعدا ".

5 – المعارف المستقبلية و قلق المستقبل:

لقد أغفل علم النفس نسبيا دراسة المعارف المتعلقة بالمستقبل و علاقتها بما يحدث من انفعالات، و ربما يكون أحد أسباب هذا الإغفال النسبي حسب ماكلود Macleod هو تفضيل علم النفس في الماضي للإيضاحات الطبيعية و السببية للسلوك و الخبرات البشرية على الاعتبارات الغائية التي توضح السلوك بالرجوع إلى التصورات العقلية حول المستقبل كالأهداف و الخطط و التوقعات (**عن سعود، 2005، ص 63**). و لكن و على الرغم من إغفال دراسة المعارف المستقبلية نسبيا فهذا لا يعني أنها لم تذكر قط في نظريات

الاضطرابات الانفعالية، حيث أشار بيك (Beck) إلى أن المستقبل يلعب دورا أساسيا في اعتبارات متنوعة حول الاضطرابات الانفعالية، و افترض في نموذجه الخاص بمريض القلق (نموذج بيك) أن الأفكار التلقائية العابرة و التفسيرات و خيال المريض تتركز حول صور من الغضب و سوء التأويل لخبراته الشعورية في شكل الشعور بالخطر الجسدي والنفسي مع زيادة في تقدير احتمال الأذى المتوقع و شدته في المواقف المستقبلية، و مثل هذه الأفكار التي تدور حول التهديد المتوقع تؤدي إلى إثارة مشاعر الضيق و الخوف والتنبيه التلقائي، و تتجلى مظاهر الاضطراب الفكري للشخص القلق في أفكار متكررة عن الخطر، و نقص القدرة على مجادلة الأفكار التلقائية و كذا تعميم المؤثر الضار(**بيك، 2000، ص 122)**. بمعنى أن قلق المستقبل يظهر من خلال الإدراك الخاطئ للأحداث المختلفة في المستقبل و تقليل فعالية الشخص في التعامل مع هذه الأحداث و النظر إليها بطريقة سلبية وعدم القدرة على التعامل مع المشاكل التي يعاني منها الشخص إضافة إلى التقدير المنخفض لمصادر معالجة الأحداث المخيفة.

كما أشار بارلو دينارد (1991) إلى أن كل اضطرابات القلق فيما عدا حالات الخوف المحدد تشترك في عرض أساسي مميز يطلق عليه الخشية أو التوجس و الذي يجعل من القلق حالة وجدانية تتعلق بالمستقبل و يتهيأ فيها الفرد لمحاولة التكيف و التعامل مع الحوادث السلبية القادمة (**عن المشيخي، 2009، ص 48**).

و يذكر ايزنك (Eysenk 1992) بخصوص المنحى المعرفي للقلق ومن خلال افتراض أن الوظيفة الرئيسية للقلق هي تيسير التحري المبكر لإشارات التهديد و الخطر المحدق الخاصة بالأحداث ذات التهديد الفاعل أن مفهوم القلق يعد إشارة لفرط اليقظة، فالقلق سوف يكون أول رد فعل صحي للأفكار الفاعلة البعيدة التي يتم إدراكها عموما أو للحالات المنفرة، و تتجلى وظيفته في كونه إشارة تنبيهية مفاجئة و تحتاج إلى استعداد، الأمر الذي يزيد من انشغال البال و التفكير في الأحداث المستقبلية (**عن سعود، 2005، ص 6**).

و قدم باندورا (1991) منحى معرفي للقلق من خلال نظرية الكفاءة الذاتية، حيث عرف القلق بحالة الإدراك المسبق عبر التحريات الممكنة الحدوث، كما يذكر أن التهديد يمثل خاصية علاقاتية تعكس المنافسة بين إمكانيات التصدي التي يتم إدراكها و أنماط الأذى

الفعالة في المحيط، فالأشخاص الذين يعتقدون أن بمقدورهم السيطرة على التهديدات الممكنة الفاعلة لا يورطون أنفسهم في التفكير المرتقب، و لا يشكل لهم مصدر إزعاج وتشويش، أما الأشخاص غير القادرين على إيقاف أفكار الأحداث المؤذية فإنهم يكونون عرضة للقلق و يمكن لهم أن يهيئوا أنفسهم لنماذج مواجهة سلوكية و لكنها لا تشكل الحل الأكيد لمشاكل المستقبل (**عن المشيخي، 2009، ص 48**).

و ترى سعود أنه يمكن وصف قلق المستقبل من خلال المنحى المعرفي على أنه إطار لمختلف العمليات المعرفية و المواقف الانفعالية، فالقلق هنا يترافق بتخمينات الخطر المتعلقة بالمستقبل بناءا على ما يتوافر في الواقع من معطيات و على نوعية التصورات الشخصية، فبعض الأفراد هم أكثر قابلية لتخمين الحالات المستقبلية بكونها خطرة، لأنهم يملكون تصورات تتضمن معلومات عن المعنى الخطر للحالات و عن مقدرتهم المنخفضة للتعامل مع الخطر بشكل فاعل، فعندما تنشط المخططات المتعلقة بالخطر المستقبلي تحفز أفكارا تلقائية سلبية عن الخطر تعكس مواضيع أو كوارث جسدية، اجتماعية، نفسية تتضمن الذات بصورة مباشرة أو غير مباشرة، و لاشك في أن لكل أنواع القلق عموما عنصرا من المستقبل، و لكن الموضوع الأساسي لقلق المستقبل يتمثل في المستقبل بحد ذاته كإطار يوجه كائن في صيرورته حيث يتم إدراكه أي المستقبل كحالة من عدم اليقين و الانشغال وذلك نتيجة إدراك الفرد عجزه عن التعامل مع الظروف الصعبة الماضية والراهنة **(سعود، 2005، ص 66)**.

و يفسر زالسكي قلق المستقبل على أنه حالة من الانشغال و عدم الراحة و الخوف بشأن التمثيل المعرفي للمستقبل الأكثر بعدا، و يقدم توضيحا هاما فيما يتعلق بالجانب المعرفي الخاص بمفهوم القلق المستقبلي على أن لقلق المستقبل مكونات معرفية قوية أي أنه معرفي أكثر من كونه انفعاليا، و يؤكد على الآليات المعرفية الاستباقية على أنها المصدر الأساسي لقلق المستقبل، و يشير إلى أن خصائص الأفكار تشكل واحدة من المقدمات المنطقية لقلق المستقبل أي أن المعرفة أولا ثم القلق، فيعتبر التمثيل المعرفي كأساس لبناء قلق المستقبل و يترافق مع هذا التمثيل حالات عاطفية سلبية (**Zaleski, 1996, P166**).

من جانب آخر يمكن القول أن مسألة السببية في العلاقة بين المعرفة و القلق تبقى بدون حل حيث يرى لازاروس (Lazarus 1980) أن كل انفعال يملك موضوعه المعرفي

الخاص، وبتعبير آخر ترتبط كل نوعية و شدة انفعالية بنشاط معرفي محدد، كما يؤكد على أن الأهمية السببية المعرفية بالنسبة للانفعالات لا تعني أبدا أن الانفعالات لا تؤثر في المعرفيات، فالعلاقة بين المعرفة و الانفعالات ليست عبارة عن طريق وحيد الاتجاه بل ذو اتجاهين و لكن الاتجاه الآخر لا يزال قليل الوضوح. و يتفق ذلك مع ما أشار إليه ويلز (Wells 1974) من أن العلاقة معرفة – انفعال هي ثنائية الاتجاه و أن العوامل المعرفية هي المسئولة عن تعريض الشخص للاضطرابات الانفعالية و أن تلك الاضطرابات تؤثر في المعرفة على نحو تبقى فيه على ذلك الخلل (**عن سعود، 2005، ص 64**).

بالإضافة إلى ما سبق يمكن الإشارة فيما يتعلق بقلق المستقبل إلى أنه يعتمد في مقوماته المعرفية على مفاهيم عدة ذات أهمية في دراسته كالأهداف التي يرسمها الأفراد لأنفسهم وأهميتها بالنسبة لهم، و إمكانية التغلب على الشدائد و الظروف المحيطة السلبية من خلال إدراك السيطرة عليها، و كذا مفهوم الكفاءة الذاتية للوصول إلى الأهداف المستقبلية (**المشيخي، 2009، ص 49**).

تساهم أهمية الأهداف بالنسبة للأفراد بقدر لا بأس به في حدوث قلق المستقبل حيث ذكر بوركوفر 1986 أن معظم انشغال البال المتعلق بالمستقبل يتعلق بالإحباط الفعال للأهداف المهمة بالنسبة للفرد، كما أشار ستوتلاند (Statland 1969) إلى أن الأهداف الأكثر أهمية وذات احتمال أقل في الحدوث تحرض قلقا أقوى مما تثيره الأهداف ذات الأهمية الأدنى. ويذكر نيوفلد 1989 أن إمكانية التصدي و السيطرة عموما يمكن أن تكون فاعلة في خفض التوتر و القلق، و على هذا فإن الأفراد الذين لا يملكون الثقة الكافية في قدرتهم على السيطرة على محيطهم من أجل تحقيق رغباتهم و أهدافهم الشخصية و مواجهة أحداثهم السلبية هم أكثر تأثرا بما يسمى قلق المستقبل (**عن سعود، 2005، ص 66**).

استنادا لما سبق يمكن القول أن مكونات قلق المستقبل معرفية أكثر منها انفعالية، وهي ترتبط عادة بتوقع الخطر و تركز على المغالاة في تخمين قتامة المستقبل و ذلك بناءا على قابلية الأفراد لتوقع الحالات على أنها خطرة بسبب تصوراتهم المتضمنة معلومات عن الخطر، و كذا بكفاءتهم الذاتية حيث كلما أدرك الفرد عجزه عن توليد الأسباب المعارضة لظهور الحدث المهدد كلما زاد لديه قلق المستقبل، و كلما شعر بالثقة و القدرة على التحكم في محيطه و انجاز أهدافه الشخصية كلما قل لديه قلق المستقبل.

6 – أسباب قلق المستقبل:

يظهر قلق المستقبل من خلال رؤيته على أنه مساحة غامضة و مجال لوجهات نظر سلبية حول ما هو آت في الغد، وهذه المواقف يمكن أن تسود في فترة من الزمن وأن تعبر عن حالات موقفية ثابتة نسبيا و مواقف معرفية وعاطفية تتسم بالسلبية و التشاؤم، ويمكن أن يظهر بخاصية أكثر عمومية بما يحمله المستقبل القادم و ما يأتي به من أحداث يتوقعها الأشخاص كمشاعر الخشية من الكوارث الطبيعية مثلا، ومن جهة أخرى يرتبط هذا القلق وبشكل محدد بحدث معين أو وضعيات شخصية كتوقع أحداث أكثر فردية مثل المرض أو فقد شخص عزيز أو الشعور بتهديد الإخفاق في تحقيق أهداف شخصية هامة، أو عدم التأكد من كيفية التصرف ضمن أحداث اجتماعية معينة، و الشعور بأن التصرفات والخطوات الحالية غير مؤكدة كحلول للظروف غير المرغوبة القادمة. إن عدم إمكانية التنبؤ بالسلوك الخاص و النتائج النفسية المترتبة عليه يمكن اعتبارها كعناصر ينشأ عنها مواقف مليئة بمشاعر الخوف و القلق الناتج عن المجهول (**Zaleski, 1996, P 85**).

و يمكن أن يظهر القلق العادي عندما تتوقع العضوية حدثا سلبيا من منظور قريب كتوقع صدمة كهربائية في مخبر تجارب، و لكن عندما يتغير المنظور إلى مستقبل أبعد للبشر، يمكن الحصول على صورة معرفية لأحداث المستقبل السلبية الممكنة التي و تثير مشاعر القلق حيالها، و بذلك فإن التداول العقلي للمستقبل و الأفكار و الخيال تشكل محرضات للانفعال و مثيرات لقلق المستقبل، و الوقائع أو الاستجابات التي تحدث بسبب تأثيرات التوقع يمكن الحصول عليها بتجارب مخبرية تكون فيها المثيرات المنفرة (صدمات كهربائية، انفجارات صوتية...الخ) مسبوقة أولا بإشارة تحذير، و تكون الاستجابات أكثر شدة عندما يكون زمن ظهور المثير المنفر غير مؤكد، فالتحذير السابق يؤدي إلى خوف متوقع و يكون ضاغطا نظرا لليقظة المتواصلة و لجهود التصدي الإعدادية، و بهذا فإن توقع الحدث المنفر يؤدي إلى ظهور قلق المستقبل، فقلق المستقبل يعني توحيد توقعات كامنة للأذى القادم بحيث يتم الاستعداد لمواجهته قبل أن يأتي (**Zaleski, 1994, P 98**).

بالإضافة إلى عامل التوقع الذي يسبق قلق المستقبل يمكن الإشارة إلى ارتباطات سببية أخرى يمكن اعتبارها كخلفية سابقة لقلق المستقبل و تشمل القابلية الفردية لردود فعل القلق كخاصية ذاتية أو شخصية و التي يمكن أن تقاس بالمقاييس الفسيولوجية أو باستخدام

التقرير الذاتي حول القلق بالإضافة إلى الخبرات السابقة على المستويين الفردي والاجتماعي من حيث النجاح و الإخفاق على مدى الحياة (**Zaleski, 1996, P 86**).

يذكر ميكشيللي في كتابه " الهوية " أن القلق من المستقبل و عدم القدرة على اتخاذ القرارات و بالتالي فقدان الشعور بمعنى الوجود و دلالته تعود واقعيا إلى اللااستقرار في العلاقة الانفعالية بين الرضيع و أمه في مرحلة الطفولة، و يتفق علماء النفس بأن الصيغة الوجودية الأولى للطفل تكمن في إطار هذه العلاقة، فالحقيقة الأولى المعاشة عند الطفل هي نوع من المشاركة الأولية و العاطفية كوسيط يتيح له الشعور بالرضا و الإشباع أو الحاجة و القلق و الخوف (**عن مسعود،2006، ص 101**).

و يشير دياب (2001) إلى أن العوائق البيئية و الشخصية الكبيرة و المتنوعة التي تجابه الفرد و كذلك إمكانات الحاضر المتواضعة و التناقضات الهائلة بين ما هو حسي وما هو معنوي و بين الأحلام الوردية و الواقع المرير تشكل أسبابا حقيقية لقلق المستقبل (**دياب، 2001، ص 436**).

و يرى الأقصري أنه من أسباب ظهور قلق المستقبل عجز الفرد عن تحقيق أهدافه أو الفشل في اكتساب حب و تقدير الآخرين أو فشل الإنسان في عمل أو دراسة ما، أو عند اضطهاده في محيط أسرته أو عائلته أو عمله أو حتى عندما يحاول تغيير بعض عاداته السيئة أو الإقلاع عنها ثم يجد نفسه عاجزا عن ذلك. و يؤكد كذلك على أن السبب الرئيسي الذي يجعل الفرد يعاني من قلق المستقبل هو عدم معرفة الحياة ، فلو كان يعرف معنى الحياة لاستمتع بها خير استمتاع دون أن يضيعها في القلق و الخوف و المشاعر السلبية (**الأقصري، 2002، ص 23**).

و يشير داينز (2006) إلى أن من أسباب قلق المستقبل التغيرات الاجتماعية حيث أن رد الفعل الوجداني للتغيرات الأخلاقية و الاجتماعية في المجتمع و ضغوط الحياة العصرية، ومشكلات تكوين العلاقات مع الآخرين و التخوف المستمر من البطالة يولد مشاعر الريبة والقلق و الخوف من المستقبل. كما يرى أن السبب المباشر للمعاناة من القلق على المستقبل هو تخيل الأسوأ دائما أو استحضار العواقب الوخيمة بصفة مستمرة، والاستمرار في التفكير في مسلسل الكوارث الخيالية الذي يعيق التفكير بصورة إيجابية نحو الحاضر والمستقبل على حد سواء (**داينز، 2006، ص 57**).

و تذكر سناء مسعود (2006) أن من أسباب قلق المستقبل نقص القدرة على التكهن بالمستقبل و تدني مستوى القيم الروحية و الأخلاقية، و تبني الأفكار اللاعقلانية، والاعتقاد بالخرافات و النظرة السوداوية (**مسعود، 2006، ص 51**).

و يرى إبراهيم (2006) أن السبب في وجود قلق المستقبل هو نظرة الفرد السلبية لذاته و الأفكار اللاعقلانية تجاه النفس و الظروف السيئة المحيطة بالفرد و النظرة السيئة من قبل المحيطين بالفرد (**إبراهيم، 2006، ص 20**).

و تشير حنان العناني (2000) إلى أن أسباب قلق المستقبل هي خبرات الماضي المؤلمة و ضغوط الحياة العصرية و طموح الإنسان و سعيه المستمر نحو تحقيق ذاته وإيجاد معنى لوجوده (**العناني، 2000، ص 120**).

في حين يشير حسانين (2000) إلى أن أسباب قلق المستقبل ترجع إلى:

- الإدراك الخاطئ للأحداث المحتملة في المستقبل.
- تقليل فعالية الشخص في التعامل مع هذه الأحداث و النظر إليها بطريقة سلبية.
- عدم القدرة على التكيف مع المشاكل التي يعاني منها الشخص و الشعور بعدم الآمان.
- الشعور بعدم الانتماء (**حسانين، 2000، ص 19**).

و ترى العجمي (2004) أن أسباب قلق المستقبل لدى الفرد تعود إلى:

- ضعف القدرة على تحقيق الأهداف و الطموحات.
- الإحساس بأن الحياة غير جديرة بالاهتمام.
- عدم قدرته على فصل أمانيه عن التوقعات المبنية على الواقع.
- نقص القدرة على التكهن بالمستقبل وعدم وجود معلومات كافية لديه لبناء الأفكار عن المستقبل و كذلك تشوه الأفكار الحالية.
- الشعور بعدم الانتماء داخل الأسرة و المجتمع.
- عدم القدرة على التكيف مع المشاكل المعاشة.
- الشعور بعدم الآمان و الإحساس بالتمزق.
- التفكك الأسري.

- فشل الوالدين و القائمين على رعايته في مساعدته على حل مشاكله.

أما العشري فيرى أن أسباب قلقا لمستقبل ترجع أساسا إلى:

- الخوف الغامض نحو ما يحمله الغد الأكثر بعدا من صعوبات.
- التنبؤ السلبي للأحداث المتوقعة.
- الشعور بالضيق و التوتر و الانقباض عند الاستغراق في التفكير بالمستقبل.
- ضعف القدرة على تحقيق الأهداف و الطموحات.
- الانزعاج و فقدان القدرة على التركيز (**العشري، 2004، ص 142**).

و تجمل القاضي (2009) أسباب قلق المستقبل في:

- الشعور بالتوتر و التشاؤم و توقع السوء و الضيق من المستقبل.
- يظهر قلق المستقبل نتيجة التوتر الناشئ عن مسؤولية اتخاذ القرار، و كذا الأفكار التلقائية العابرة و التفسيرات الخاطئة للأحداث.
- ضغوط الحياة العصرية و عدم القدرة على التكيف معها.
- عدم التقبل للواقع المرير.
- يرجع قلق المستقبل إلى أحاديث الفرد الذاتية و إلى أفكاره الهازمة للذات.

و ترى الباحثة أن من أهم أسباب قلق المستقبل التوقع السلبي للأحداث المستقبلية نتيجة الضغوطات و الظروف الصعبة التي يعيشها الفرد في الحاضر مع انخفاض في تقدير الذات و ضعف الثقة بالنفس مما يؤدي إلى تقليل الفرد من قدرته و فعاليته على مواجهة الأحداث المستقبلية، إضافة إلى ابتعاد الناس عن الحياة الروحية بسبب ضعف الإيمان بالله و عدم التوكل عليه و سوء الظن به.

7 – سمات ذوي قلق المستقبل:

يشير حسانين (2000) إلى مجموعة من السمات التي يتسم بها الأشخاص ذوو قلق المستقبل و التي من أهمها ما يلي:

- التركيز الشديد على أحداث الوقت الحاضر أو الهروب نحو الماضي.
- الانتظار السلبي لما قد يقع.

- التقوقع داخل إطار الروتين مع الحفاظ على الطرق المعروفة في التعامل مع مواقف الحياة.
- اتخاذ إجراءات وقائية من أجل الحفاظ على الوضع الراهن بدلا من المخاطرة من أجل زيادة الفرص في المستقبل.
- استغلال العلاقات الاجتماعية لتأمين المستقبل.
- الانطواء و ظهور علامات الحزن و الشك و التردد.
- الخوف من التغيرات الاجتماعية و السياسية المتوقع حدوثها في المستقبل.
- صلابة الرأي و التعنت.
- ظهور الانفعالات لأتفه الأسباب.
- التشاؤم و ذلك لأن الخائف من المستقبل لا يتوقع إلا الشر و يتهيأ له و أن الأخطار محدقة به.
- عدم الثقة في أحد مما يؤدي إلى الاصطدام بالآخرين.

و يذكر رابابورت أن الأشخاص القلقين من المستقبل يميلون إلى تقليص المساحة التي يمكن مد الحياة فيها إلى المستقبل من حيث الخبرات و إسقاط الأهداف المتوقعة، أي أن الحاضر يبقى محصورا في ظروف القلق من حيث المدة، و أن الامتداد الزمني يميل إلى التناقص، و قد أطلق فريس مصطلح الحاضرين على الأشخاص الذين لا يتوقعون نتائج مستقبلية و لا يستطيعون التأثير لتحسين مستقبلهم لتجنب النتائج السيئة، فهم مجبرون على العيش في الحاضر بمختلف العواقب و النتائج (**Rappaport , 1991, P 69**).

و أشارت دراسة إيمان صبري (2003) إلى أن الأفراد ذوي قلق المستقبل يعانون من ضعف الثقة بالنفس و إرجاع ما يحدث لهم من مواقف غير سارة إلى عوامل خارجية **(صبري، 2003، ص 183)**.

و أكدت نتائج دراسة إبراهيم (2006) أن الفرد الذي يعاني من قلق المستقبل يعتبرا فاقدا للثقة في المستقبل و عرضة للانهيار العقلي و البدني و مفتقد للثقة بالنفس، كثير التردد وعاجز عن الفصل في الأمور الهامة **(إبراهيم، 2006، 234)**.

كما أشارت دراسة سناء مسعود إلى أن الفرد القلق من المستقبل لا يثق بأحد مما يؤدي به إلى الاصطدام بالآخرين و أنه يستخدم آليات دفاعية ذاتية كالإزاحة و الكبت و الإسقاط من أجل التقليل من الحالات السلبية **(مسعود، 2006، ص 167).**

8 – المظاهر التأثيرية لقلق المستقبل:

إن قيمة دراسة القلق المستقبلي تزداد إذا نظرنا إلى تأثيراته المتعلقة بالمعرفة والمواقف و السلوك، و لكن مع الأسف فإن الدراسات التي تناولت القضايا السلوكية التي يمكن وصفها كأفعال حقيقية يدركها الفرد و يقررها عن نفسه كنتيجة لقلقه حول المستقبل قليلة جدا و عادة ما تكون ارتباطية فقط، و لا يجب استغراب ذلك إذا أخذنا بعين الاعتبار صعوبات البحث فيها، حيث يمكن أن يشكل قلق المستقبل بنية معقدة بشكل لا تسمح بمعرفة السلوكيات الناتجة عنه، إضافة إلى ذلك قد نجد بعض المظاهر السلوكية الملموسة الناتجة عن قلق المستقبل لدى بعض شرائح المجتمع و لا نجدها عند شرائح أخرى **(سعود، 2005، ص 70).**

و يشير زالسكي إلى بعض الافتراضات التي تتعلق بمظاهر قلق المستقبل و تأثيره في المعرفة و المواقف و السلوك، حيث يرى أنها تأخذ اتجاهين اثنين: إما أن تخفض مباشرة قلق المستقبل كحالة غير سارة، و إما أن تتدخل في ظروف الوسط مغيرة إياها على نحو تصبح فيه نتاجات المستقبل مواتية أكثر من الظروف المتوقعة في الوقت الحاضر، حيث يأخذ الأشخاص احتياطات وقائية ذاتية دون انتظار القلق لكي يدفعهم للقيام بفعل ما، وهكذا يمكن للفعل المسبق أن يحذف كلا من القلق و عواقبه السلبية و أفضل مثال على ذلك المظاهرات التي تقام هنا و هناك ضد التسليح النووي و التي تظهر عندما يرتفع مستوى القلق بشكل واضح، و هنا يتساءل من الذي يخاف أكثر من الحرب النووية أهو الشخص الذي ينبض قلبه بقوة أم هو الشخص الذي يأخذ احتياطات سياسية لمنع الكارثة، ففي الحالة الثانية يمكن للشخص أن يكون أقل تشويشا بالمتغيرات الجسدية و لكن اهتماماته تكون مكثفة و يترتب عنها الانشغال و الاهتمام الأكبر بما يمكن فقده إثر الحرب النووية. و على نحو أكثر نوعية يقول زالسكي يمكن لقلق المستقبل أن يؤدي إلى إضعاف التوقع الذاتي للنتائج الايجابية لأفعال شخص ما، مما يؤدي إلى إنقاص احتمالات النجاح وإلى مزيد من

الحذر المركز على الزمن الحاضر أو الهروب إلى الماضي المعلوم، والآليتان كلتاهما تحددان الحيز الزماني للشخص إما الماضي أو الإغراق في الحاضر ولا يكون الشخص البتة متوجها نحو المستقبل. أما على المستوى السلوكي و الانفعالي فيمكن لقلق المستقبل أن يؤدي إلى:

- عدم القدرة على التخطيط للمستقبل.
- الاعتماد على الآخرين لتأمين المستقبل و عادة ما يكون ذلك عن طريق استخدام العلاقات الاجتماعية للمساعدة في إنقاذ المستقبل (**Zaleski, 1996, P 174**).
- الشعور بالوحدة و فقد الثقة بالنفس.
- الالتزام بالنشاطات الوقائية أكثر من الانخراط في مهام حرة مفتوحة غير مضمونة النتائج.
- الجمود و قلة المرونة و اللجوء إلى الطرق الروتينية للتعامل مع الظروف والأحداث.
- الشعور بالتوتر و الانزعاج لأتفه الأسباب حيث يعيش الفرد في حالة انعدام للطمأنينة على نفسه وصحته و ماله و مكانته.
- ظهور اضطرابات في النوم و التفكير و عدم القدرة على التركيز (**المشيخي، 2009، ص 56**).
- استخدام آليات دفاع مثل النكوص و الاتهام و الكبت و التبرير و الإسقاط (**Rappaport, 1991, P 68**).
- التوقع السلبي للأحداث المستقبلية (**بيك، 2000، ص 36**).

9 – التعامل مع قلق المستقبل:

من المعروف أن لقلق المستقبل أثر كبير على صحة الفرد و إنتاجيته لما له من أضرار على الصعيد النفسي و الجسمي و هذا الأمر يستدعي المواجهة و المعالجة معا، لذلك لا بد من أساليب تهدف إلى التخلص من هذا القلق و الحد منه. و قد أشار الأقصري إلى أن هناك عدة طرق لمواجهة الخوف و القلق من المستقبل باستخدام فنيات العلاج السلوكي والتي يمكن عرضها فيما يلي:

الطريقة الأولى: إزالة الحساسية المسببة للمخاوف بطريقة منتظمة

و هي أولى أنواع العلاج السلوكي الهامة فلو أن إنسانا يخاف من شيء ما يقول أنه سيحدث و لو حدث سيؤدي إلى آثار وخيمة، فليتخيل هذا الشيء الذي يخشاه قد حدث فعلا، ثم يقوم باسترخاء عميق لعضلاته بطريقة فعالة من خلال علاج القلق بالاسترخاء، لأنه ثبت أن أغلب المصابين بالقلق و الخوف من المستقبل يعجزون عن الاسترخاء بطريقة فعالة، بل يكونون بحاجة لساعات طويلة من التدريب حتى يتمكنوا من إخضاع عضلاتهم للاسترخاء العميق. و بعد الاسترخاء العميق يلزم استحضار صورة بصرية حية للمخاوف التي تقلق الفرد من المستقبل و الاحتفاظ بهذه الصورة لمدة 15 ثانية فقط. و تكرير ما سبق عدة مرات مؤكدا على مواجهة تلك المخاوف حتى لو حدثت إلى أن يتمكن الفرد من تخيل الأشياء التي كانت تثير خوفه و قلقه دون أن يشعر بالقلق.

وهكذا يمكن القول أن طريقة إزالة الحساسية المنتظمة في التخلص من القلق إنما هي وسيلة ترتكز على المواجهة التدريجية لتلك المخاوف يصحبها استرخاء عميق للعضلات، وتكون المواجهة أولا في الخيال حتى إذا تمت إزالة تلك المخاوف تماما في الخيال فإنه يمكن بعد ذلك مواجهتها على أرض الواقع إذا حدثت.

الطريقة الثانية: الإغراق

و هي أسلوب مواجهة فعلية للمخاوف في الخيال دون الاستعانة باسترخاء العضلات، فالإنسان المصاب بالقلق و الخوف من المستقبل يجب أن يتخيل الحد الأقصى من المخاوف أمامه، و يتخيل أن تلك المخاوف بحدها الأقصى قد حدثت فعلا، و يكرر التخيل المبالغ فيه للمخاوف فترات طويلة حتى يتكيف معها تماما، و يستمر في هذا التصور إلى أن يشعر أن تكرار مشاهدة الحد الأقصى من المخاوف أمام عينيه أصبح لا يثيره و لا يقلقه لأنه اعتاد على تصوره، و هكذا نجد أن الشخص بهذا الأسلوب قد تعلم ذهنيا كيف يواجه أسوأ تقديرات الخوف و القلق، و يتعامل معها في خياله، و يكون مؤهلا لمواجهتها في الواقع لو حدثت.

الطريقة الثالثة: طريقة إعادة التنظيم المعرفي

و هذه الطريقة العلمية تمت متابعتها و حققت نجاحات كثيرة، بعد أن لوحظ أن الذين يعانون من القلق من المستقبل يشغلون أنفسهم دائما في التفكير السلبي مما يؤدي إلى حالة

القلق و الخوف، و على هذا الأساس فإن هذه الطريقة قائمة على استبدال الأفكار السلبية بأخرى إيجابية، فعند التفكير السلبي في الأشياء التي تثير القلق و الخوف يتم التفكير بعد ذلك مباشرة في عكس ذلك أي في توقع الإيجابيات بدل السلبيات، وهذه الإعادة في تنظيم التفكير و استحضار النتائج الإيجابية المتوقعة لتحل محل النتائج السلبية المقلقة هي التنظيم المعرفي للشخص السوي الذي لا بد له أن يتوقع النجاح تماما كما يتوقع الفشل. فالهدف الأساسي من طريقة إعادة التنظيم المعرفي هو تعديل أنماط التفكير السلبي و إحلال الأفكار الإيجابية المتفائلة مكانها.

و لو حاولنا الحصول على نتائج إيجابية في التخلص من القلق و الخوف من المستقبل باستخدام هذه الطريقة وحدها فلابد أن نعلم أنها بطيئة إلى حد ما، و تحتاج إلى فترة زمنية قد تطول إلى أن ينتهي الإنسان من التغلب على مخاوفه تماما.

و لعل أفضل الطرق الثلاثة السابقة الذكر و التي يستجيب لها الكثيرون هي طريقة التدرج البطيء المتأني التي يصاحبها الاسترخاء، لأن التدريب على الاسترخاء يساعد في زيادة اكتساب الإنسان الشعور بالسيطرة على ذاته و الهدوء أثناء مواجهة الأخطار، فهذه الطريقة ليست مجرد خيال فقط إنما فائدتها تكمن في إزالة الخوف من العقول بالتدريج، أما بالنسبة للإنسان الشجاع صاحب الإرادة القوية فإن المواجهة المباشرة على أرض الواقع هي أسرع سبيل للقضاء على القلق و الخوف من المستقبل (**الأقصري، 2002، ص ص 161 – 164**).

و يرى المشيخي أنه بسلطان الإرادة و الثقة بالنفس و بالقدرة على التحكم في الانفعالات و التفكير بهدوء و موضوعية و بإدراك الفرد لحدود قدراته و طاقاته والقدرة على تغيير سلبيات ذاته و بمواجهة الأفكار و المعتقدات الخاطئة و باستخدام المنطق والتحليل الذاتي و تفهم حقيقة المخاوف و أسبابها يمكن القضاء على الخوف والقلق من المستقبل. فالخوف من المستقبل يجعل الفرد يضع أهدافا كبيرة جدا ثم يصعب عليه تحقيقها و النتيجة قلق مزمن و تعاسة دائمة بسبب الإخفاق المستمر لأن كل هدف غير محقق سيمثل إخفاقا، فمشكلة معظم الذين يعانون من القلق و الخوف من المستقبل أنهم غير قادرين على وضع أهداف واقعية لتوجيه حياتهم، فهم يسعون دائما لتحقيق أهداف عالية جدا فينتهي بهم الأمر إلى الهزيمة و الإخفاق، لذلك من الأفضل أن يضع المرء هدفا جيدا و واقعيا لنفسه وفقا

لقدراته و إمكاناته، فبتحقيقه لذلك الهدف يشعر بالانجاز وبتحقيق الذات فيزول عنه الخوف و القلق من المستقبل (**المشيخي، 2009، ص ص 59 – 62)**.

و ترى الباحثة أن الإيمان بالله و الرضا بالقضاء و القدر و القدرة على التحكم في الانفعالات و التفكير بطريقة واضحة و هادئة و وضع أهداف واقعية و مواجهة الأفكار والمعتقدات الخاطئة و استخدام المنطق و الوقوف على حقيقة المخاوف و أسبابها كلها وسائل كفيلة بالقضاء على قلق المستقبل.

خلاصة:

نستخلص من خلال عرضنا لمفهومي القلق و قلق المستقبل أن القلق مفهوم مركزي في علم النفس و عرض مشترك بين العديد من الاضطرابات النفسية و العقلية بل و حتى في أمراض عضوية شتى، فهو باتفاق جميع مدارس علم النفس الأساس لكل اختلالات الشخصية و اضطرابات السلوك . و من أهم أنواعه نجد قلق المستقبل و هو حالة من عدم الارتياح و الضيق و انشغال الفكر بما يحمله المستقبل الأكثر بعدا، و هذه الحالة تزداد حدتها عندما تكون الظروف الراهنة صعبة و معقدة.

كما نستخلص أيضا أن كل من القلق و قلق المستقبل يؤثران بشكل سلبي على الشخصية فيحدان من قدراتها و إمكانياتها و يجعلانها رهينة للأفكار اللاعقلانية والتوقعات السلبية، ولهذا ينبغي الإسراع في علاجهما خاصة إذا ظهرا لدى شريحة واسعة من المجتمع كفئة العوانس التي تمثل تقريبا ثلث سكان الجزائر.

الفصل الرابع: التوافق النفسي

تمهيد

1 – نبذة تاريخية حول مصطلح التوافق

2 – مفهوم التوافق

3 – مستويات التوافق

4 – أبعاد التوافق

5 – دورة الحياة النفسية للتوافق

6 – مؤشرات و مظاهر التوافق

7 – العوامل المعينة على التوافق

8 – العوامل المعيقة للتوافق

9 – معايير قياس التوافق

10 – النظريات المفسرة للتوافق

خلاصة

تمهيد:

من أهم الأهداف التي يسعى إليها علماء النفس والطب النفسي تحقيق الصحة النفسية للفرد والتي تجعله يتواءم ويتوافق مع نفسه ومع الآخرين، مما يسمح له بتحقيق النجاح في مختلف نواحي حياته و بأسهل الطرق وأيسرها، وتجنبه عناء الصراعات والتوترات و ما يمكن أن تقضي إليه من اضطرابات نفسية وجسدية، فالتوافق يعتبر محور الصحة النفسية، بل هناك من يعتبره مرادفا لها وهناك من يري أنه لا يمكن فصلهما عن بعضهما، فلا صحة نفسية بدون توافق ولا توافق بلا صحة نفسية. ولهذا ارتأت الباحثة في هذا الفصل توضيح ماهية التوافق مع الإشارة إلى نشأته والفرق بينه وبين المصطلحات التي ارتبطت به على غرار الصحة النفسية والتكيف وغيرها، أبعاده، العوامل المؤثرة فيه وكيف فسرته النظريات النفسية المختلفة وذلك على النحو التالي:

1- نبذة تاريخية حول مصطلح التوافق:

مفهوم التوافق مفهوم مستمد أساسا من علم البيولوجيا على نحو ما حددته نظرية تشارلس داروين المعروفة بنظرية النشوء و الارتقاء(1859)، ويشير هذا المفهوم عادة إلى أن الكائن الحي يحاول أن يوائم بين نفسه والعالم الطبيعي الذي يعيش فيه في محاولة منه من أجل البقاء. فالأصول المبكرة إذن لمفهوم التوافق ترجع إلى علم الحيوان وكان يستخدم باسم التكيف، فالأنواع التي تستطيع التكيف مع مخاطر العالم الفيزيقي هي التي تستطيع البقاء. ثم أصبح هذا المفهوم يصف سلوك الإنسان كردود أفعال لعديد من المطالب والضغوط البيئية التي يعيش فيها كالمناخ وغيره من عناصر الطبيعة، ففي شهور الصيف يحاول الإنسان أن يخفف من ملابسه كي يتلاءم مع الجو الحار، بينما في شهور الشتاء يحاول أن يتدثر في ملابس ثقيلة تقيه البرودة وكذلك الحال بالنسبة للمسكن والطعام وغيرها. وقد استعار علم النفس المفهوم البيولوجي للتكيف و استخدم في المجال النفسي الاجتماعي تحت مصطلح التوافق و من الطبيعي أن ينصب اهتمام علم النفس على البقاء السيكولوجي والاجتماعي للفرد أكثر مما ينصب على البقاء الطبيعي والبيولوجي **(شاذلي،2001 ص25)**.

2 – مفهوم التوافق:

التوافق مصطلح مركب وغامض إلى حد كبير لأنه يربط بالتصور النظري للطبيعة الإنسانية وبتعدد النظريات والأطر الثقافية المتباينة، وربما كان من أهم أسباب غموض هذا

المصطلح هو الخلط بين المفاهيم، ففي الإنجليزية نجد كلمات Accommodation – Adaptation – conformity – Adjustment و في العربية نجد كلمات: تلاءم، توافق، مسايرة، تكيف حيث تشير المصطلحات التالية وفق الموسوعات والمعاجم النفسية إلى ما يلي:

– **Accommodation** : ترجمتها إلى العربية تلاءم، وهو مصطلح اجتماعي يستخدم باعتباره عملية اجتماعية وظيفتها تقليل أو تجنب الصراع بين الجماعات **(عبد الحميد، بدون سنة، ص 34).**

– **Conformity :** ترجمتها العربية مسايرة، ويعرفها فاخر عاقل في معجم العلوم النفسية بأنها نزوع الفرد لأن يكون سلوكه محكوما بالمواقف الشائعة والآراء السائدة **(عاقل،2003، ص103).**

فالمسايرة مصطلح اجتماعي أيضا وتعني الامتثال للمعايير و التوقعات الشائعة في الجماعة.

– **Adaptation:** و ترجمتها العربية تكيف، و يعرفه الشربيني في معجم مصطلحات الطب النفسي بأنه القدرة على التعامل مع المتغيرات الداخلية والخارجية دون اضطراب، ويستخدم للدلالة على تكيف الحواس للمؤثرات أو التكيف للضغوط النفسية**(الشربيني،2002، ص 03).**

و يعرفه عاقل في معجم العلوم النفسية بأنه: " تغير بنائي أو وظيفي يساعد على بقاء العضوية " **(عاقل، 2003، ص 18).**

و يفضل العديد من الباحثين أن يقتصر استخدام هذا المصطلح كما قصد بذلك داروين باعتباره مصطلحا بيولوجيا يعني قدرة الكائن الحي على أن يعدل من نفسه أو يغير من بيئته إذا كان له أن يستمر في البقاء، بحيث يؤدي الفشل في هذا التعديل إلى الانقراض أو الاختفاء من الحياة **(الشاذلي، 2001، ص 26).**

– **Adjustment:** و ترجمتها العربية توافق، و يعرفه أبو حطب و فهمي في معجم علم النفس بأنه: " تلاؤم الكائن الحي مع بيئته، إما بتغيير سلوكه أو بتغيير بيئته أو بتغييرهما معا " **(أبو حطب و فهمي، 1984، ص 65).**

و يعرفه عاقل في معجم العلوم النفسية بأنه: " تغيير في فعاليات العضوية من أجل تخطي حاجز أو إرضاء حاجة أو حاجات " (**عاقل، 2003، ص 18**).

و يعد مفهوم التكيف أكثر المصطلحات السابقة الذكر ارتباطا بالتوافق، حيث أن هناك من يرى أن التوافق مرادف للتكيف على اعتبار أنهما يمثلان منظورا وظيفيا، فالسلوك ينبغي أن يفهم باعتباره محاولة للتكيف للأنواع المختلفة من الحاجات الجسمية أو توافقا للمتطلبات السيكولوجية، و من التعريفات التي ربطت بين التوافق كمرادف لمصطلح التكيف تعريف سكوت Scott للتوافق بأنه: " القدرة العامة على التكيف و على إرضاء الذات و الكفاية في العلاقة بين الأشخاص، و تشمل القدرة العقلية و التحكم بالدوافع والعواطف و المواقف مع الآخرين، و القدرة الإنتاجية و الاستقلال الذاتي و النضج " **(عن العزة، 2004، ص 47).** وهناك من يرى أنهما مختلفان على أساس أن العمليات البيولوجية التي تقابل متطلبات البيئة المادية هي نشاط تكيفي، أما السلوك الذي يقابل متطلبات البيئة الاجتماعية هو نشاط توافقي. و هناك من اعتبر التكيف مفهوما أشمل من التوافق، على أساس أن التكيف يتضمن الحيوان و النبات بالإضافة إلى الإنسان في علاقتهم بالبيئة المادية. و منهم من اعتبر التوافق مفهوما أعم من التكيف على أساس أن التكيف يختص بالنواحي الفيسيولوجية فقط، أما التوافق فإنه يشمل كذلك النواحي النفسية والاجتماعية.

و من المفاهيم التي ارتبطت أيضا بالتوافق مصطلح الصحة النفسية، و قد يصل هذا الارتباط أحيانا إلى حد الترادف، و لعل السبب في ذلك يرجع إلى أن توافق الشخص مع نفسه و مع بيئته يعد دليلا على تمتعه بالصحة النفسية، و من التعريفات التي ربطت بين التوافق و الصحة النفسية تعريف فهمي الذي يرى فيه أن الصحة النفسية هي: " علم التكيف أو التوافق النفسي الذي يهدف إلى تماسك الشخصية و وحدتها، و تقبل الفرد لذاته و تقبل الآخرين له بحيث يترتب على هذا كله شعوره بالسعادة و الراحة النفسية " **(فهمي، 1998، ص 55).**

بناءا على ما سبق يمكن القول أن مصطلحات التوافق و التكيف و الصحة النفسية هي مصطلحات شديدة الارتباط فيما بينها، و لكن الصحة النفسية أكثر عمومية من التوافق والتكيف، فهما مظهران يدلان عليها، كما نستخلص أيضا أن التكيف عملية موجودة لدى سائر الكائنات الحية و تتمثل في قدرتها على تغيير شكلها أو وظيفتها بحيث تصبح أكثر

مقدرة على المحافظة على حياتها، و أن التكيف يلغي الفروق الفردية فحدقة العين تتسع لدى جميع الأشخاص في الظلام و تضيق عندهم جميعا في الضوء الشديد، أما التوافق فهو مفهوم إنساني بحت يتمثل في تكوين علاقات متناسقة مع الحاجات الذاتية و متطلبات الحياة الاجتماعية، و أن مصطلح التوافق عادة ما يشمل مصطلح التكيف الذي يشير إلى السلوك الحسي الحركي أي للجانب العضوي في الإنسان، و بالتالي يمكن اعتبار التوافق ثمرة من ثمرات التكيف.

لقد تعددت التعريفات التي قدمت للتوافق و ذلك حسب اهتمام و اتجاه الباحثين و كذا المدارس التي ينتمون إليها و لكنها لا تخرج عن الخصائص الرئيسية للتوافق و من هذه التعريفات ما يلي:

تعريف روجرز (Rogers) الذي يرى أن التوافق هو: " قدرة الشخص على تقبل الأمور التي يدركها بما فيها ذاته، ثم العمل على تبنيها في تنظيم شخصيته " **(عن القذافي، 1998، ص 76)**.

يشير تعريف روجرز إلى أن التوافق هو تقبل الفرد لذاته أولا بايجابياتها و سلبياتها وكذا تقبله للأوضاع و الظروف المحيطة به مهما كانت، و العمل على استدخالها في بناء وتنظيم شخصيته.

و عرفه لازاروس (Lazarus) بأنه: " مجموع العمليات النفسية التي تساعد الفرد على التغلب على المتطلبات و الضغوط المتعددة " **(المرجع السابق، ص 76)**.

يشير تعريف لازاروس إلى أن التوافق عبارة عن مجموعة من العمليات و ;السيرورات النفسية التي يستخدمها الفرد لمواجهة مختلف المشكلات و العقبات التي تعترضه.

و يعرفه ولمان (Wolmen) بأنه:" قدرة الفرد على إشباع حاجاته و مقابلة متطلباته النفسية و الاجتماعية من خلال علاقة منسجمة مع البيئة التي يعيش فيها " **(عن مصطفى، 2010، ص 84)**.

يشير تعريف ولمان إلى أن التوافق هو قدرة الفرد على التوفيق بين إشباع حاجاته النفسية و إشباع حاجاته الاجتماعية في آن واحد.

و يعرفه كوهين(Cohen) بأنه: " عملية تكيف يقوم بها الفرد للاستجابة للمواقف الجديدة أو أن يدرك الموقف إدراكا جديدا " **(المرجع السابق ، ص 85)**.

نستخلص من تعريف كوهين أن التوافق هو عملية موائمة و تكيف يستعين بهما الفرد للتعامل مع المواقف الجديدة، أو للنظر لموقف ما من زاوية أخرى.

و عرفه آيزنك(Eysenk) بأنه: " الحالة التي تتناول حاجات الفرد و مطالبه بالنسبة للبيئة التي تحقق له الإشباع الكامل " (**عن النابلسي، 2009، ص 128**).

يشير تعريف آيزنك إلى أن التوافق هو الحالة التي يكون فيها الفرد بعد إشباع رغباته بالتنسيق مع بيئته.

ويعرفه مصطفى فهمي بأنه عملية دينامية مستمرة يهدف فيها الشخص إلى تغيير سلوكه لإحداث علاقات أكثر تلاؤما بينه وبين نفسه من جهة وبينه وبين بيئته من جهة أخرى، أي القدرة على بناء علاقات مرضية بين المرء وبيئته (**فهمي، 1979، ص 23**).

حسب مصطفى فهمي فإن التوافق هو سيرورة ونشاط يهدف به الفرد إلى تعديل سلوكه لينسجم مع نفسه ومع محيطه.

كما عرفه طه وآخرون بأنه: " معيار أساسي لتحقيق السواء النفسي والاجتماعي للفرد في إطار علاقة الفرد بالمجتمع، حيث يتضمن التوافق خفض التوتر الذي يثير الحاجات " **(طه وآخرون، 1993، ص 259)**.

نستخلص من التعريف السابق أن التوافق هو مظهر من مظاهر السواء النفسي والاجتماعي وهو يتضمن خفض التوترات الداخلية مع الأخذ بعين الاعتبار المتطلبات الاجتماعية.

أما الطواب فيرى أن التوافق هو العملية الدينامية المستمرة التي يهدف بها الشخص أن يغير من سلوكه ليحدث علاقة أكثر تواؤما بينه وبين البيئة بمطالبها و ضغوطها سواء المادية أو الاجتماعية أو ضغوطها الثقافية **(الطواب، 1984، ص 65)**.

يشير تعريف الطواب إلى أن التوافق عملية مستمرة يسعى من خلالها الفرد إلى تعديل سلوكه ليتماشى مع الظروف البيئية المحيطة به.

ويقرر المليجي أن التوافق هو الأسلوب الذي بواسطته يصبح الفرد أكثر كفاءة في علاقته مع بيئته، وإذا اصطدمت رغبات الفرد مع المجتمع مما يؤدي إلى خلق عقبات في سبيل إرضاء دوافعه، فإن الفرد من أجل استعادة الانسجام مع غيره من الأفراد عليه أن يعدل من

سلوكه إما بإتباع التقاليد والخضوع للالتزامات الاجتماعية أو يغير من عاداته واتجاهاته ليوائم الجماعة التي يعيش فيها. **(المليجي ، 1984، ص 12).**

نستنتج من هذا التعريف أن التوافق هو الطريقة التي يتبعها الفرد ليحقق الانسجام مع بيئته ومحيطه الاجتماعي وذلك إما بالاستسلام والخضوع للمعايير السائدة أو بتغيير سلوكه وأفكاره بما يتناسب والجماعة التي يعيش معها.

أما راجع فيرى أن التوافق هو حالة التوائم والانسجام بين الفرد وبيئته تبدو في قدرته على إرضاء أغلب حاجاته وتصرفه تصرفا مرضيا إزاء مطالب البيئة المادية والاجتماعية **(راجح ، 1983، ص 87).**

يشير تعريف راجح إلى أن التوافق حالة من التكيف بين الفرد وبيئته ناتجة عن تحقيق رغباته الداخلية ضمن إطار اجتماعي.

أما زهران فيرى أن التوافق عملية دينامية مستمرة تتناول السلوك والبيئة (الطبيعية والاجتماعية) بالتغيير والتعديل حتى يحدث توازن بين الفرد وبيئته وهذا التوازن يضمن إشباع حاجات الفرد وتحقيق متطلبات البيئة **(زهران، 1997، ص 27).**

يشير تعريف زهران إلى أن التوافق هو عملية تغيير الفرد لسلوكه وبيئته بشكل يحقق له رغباته الداخلية دون أن يتعارض ذلك مع المتطلبات الاجتماعية.

نستخلص من التعريفات السابقة أن التوافق هو قدرة الفرد على التوفيق بين إشباع رغباته ومسايرة متطلبات بيئته المادية والاجتماعية.

كما نستنتج أيضا أن هذه التعريفات رغم اختلافها إلا أنه يمكن حصرها في ثلاثة اتجاهات رئيسية: الاتجاه الأول يرى أن التوافق عملية فردية تبدأ وتنتهي بالفرد ويدخل في هذا الاتجاه مثلا تعريف كارل روجرز و لازاروس، والاتجاه الثاني يرى أن التوافق عملية اجتماعية تقوم على الانصياع للمجتمع و بصرف النظر عن رضا الفرد عن هذا الانصياع ويدخل في هذا الاتجاه على سبيل المثال تعريف الطواب والمليجي، أما الاتجاه الثالث فهو يوفق بين ما هو فردي وما هو اجتماعي أي يعتبر التوافق عملية مواءمة بين الفرد ونفسه من جهة و بينه وبين بيئته من جهة أخرى وهذا ما يظهر في تعريف راجح وتعريف حامد زهران.

كذلك يمكن أن نلاحظ أن هناك اختلافا في نظرة هذه التعريفات للتوافق، فهناك من تعتبره "عملية دينامكية" على غرار تعريف لازاروس و كوهين و مصطفى فهمي ...الخ. وهناك من تعتبره " حاله " كتعريف ايزنك و راجح، وهناك من يعتبره كمعيار ومظهر للسواء النفسي والاجتماعي ويظهر ذلك في تعريف طه وآخرون.

3 – مستويات التوافق:

يشمل التوافق جميع مجالات حياة الإنسان البيولوجية و الاجتماعية و النفسية، لأن الكيان الإنساني يعمل في وحدة متناسقة و متكاملة و مترابطة في نظام فريد يشهد على إعجاز الخالق، و فيما يلي توضيح للمستويات الرئيسية للتوافق التي تشتمل عليها شخصية الإنسان و هي:

3 – 1 التوافق على المستوى البيولوجي:

يقرر شافر و شوبين (Shaffer & Shoben) أن الكائن الحي يحاول إشباع دوافعه بأسرع الطرق وإذا ما واجه صعوبات بدأ في البحث عن أشكال جديدة للاستجابة، فليلجأ إلى تعديل البيئة أو تعديل هذه الدوافع نفسها، وبهذا المعنى تكون الحياة كلها عبارة عن عملية توافق مستمرة وهي عملية ضرورية لبقائه. **(عن عبد الحميد، بدون سنة، ص 30).**

كما يتضمن التوافق البيولوجي استجابة الفرد الفسيولوجية للمؤثرات الخارجية عن طريق استخدام أعضاء الحس وهي أعضاء من جسم الإنسان تخصصت في الإحساس بأنواع معينة من تغيرات البيئة دون غيرها كالعين التي تستقبل الإحساسات بالموجات الضوئية والأذن المجهزة من أجل التقاط الأصوات والأنف للشم واللسان للتذوق **(الدسوقي، 1974، ص 106).**

نستنتج أن التوافق على المستوى البيولوجي يتضمن تعامل الكائن الحي بمرونة مع الظروف المتغيرة في بيئته وذلك بتغييرها إن أمكنه ذلك أو بتغيير دوافعه هو لتتلاءم معها.

3 – 2 التوافق على المستوى السيكولوجي:

يقصد به قدرة الفرد على التوفيق بين دوافعه المتصارعة بطريقة بناءة تحقق له الإشباع ولا تعوقه عن الإنتاج، فالتوافق النفسي يقوم على نوع من الرضا العام بالنسبة للشخص ككل أكثر من استناده إلى إشباع دافع معين على حساب الدوافع الأخرى، فالإنسان السوي يتعلم

إرجاء الإشباع العاجل في سبيل ما سيحققه من إشباع آجل، وهو شخص يتمتع بالنضج الانفعالي والقدرة على تحمل المسؤولية والاعتماد على الذات في مواجهة العقبات التي تعترضه على مدى الحياة (**أحمد،1999، ص33**).

3 – 3 التوافق على المستوى الاجتماعي:

يرى روش أن التوافق على مستوى الاجتماعي هو أسلوب الفرد في مقابلته لظروف الحياة وحل مشاكله، لذلك ينبغي أن تكون أساليب الفرد أكثر مرونة مع قابلية شديدة للتشكيل والتوليد، أي أن التوافق عملية يشترك في تكوينها كل من عناصر البيئة والتنشئة الاجتماعية وأن هناك فروقا في سرعة التوافق بين الأفراد راجعة إلى الفروق الفردية والثقافية (**عن بلحاج، 2011، ص 113**).

والتوافق على المستوى الاجتماعي عملية طرفها الفرد والبيئة الاجتماعية التي يعيش فيها وهما يتبدلان التأثير والتأثر بحيث يستطيع الفرد أن يغير من المؤثرات الاجتماعية التي يتعرض لها لكي تصبح أكثر ملائمة لمطالبة وأن يعدل من تلك المطالب والحاجات لكي يوائم بينها وبين هذه المؤثرات، وبهذا فإن الفرد يسعى لإيجاد توازن بين حاجاته ودوافعه الداخلية وبين مطالب بيئته الاجتماعية (**عبدالحميد، بدون سنة، ص 30**).

نستخلص أن التوافق على المستوى الاجتماعي حالة من الانسجام بين الفرد والبيئة الاجتماعية، والإنسان السوي هو الذي يملك القدرة على القيام باستجابات متنوعة تلاءم المواقف وتنجح في تحقيق دوافعه وتتفق مع الأساليب والمعايير السائدة في مجتمعه، وتكون مرنة وقابلة للتشكيل وفقا للمعايير الثقافية.

بناء على ما سبق يمكن القول أن التوافق عملية يقوم بها الإنسان والكائن الحي عموما على مدار حياته إذا أراد البقاء، وهي تتم على ثلاثة مستويات هي المستوى البيولوجي الذي يضمن الاستجابة للبيئة المادية بظروفها المتغيرة، والمستوى السيكولوجي الذي يتضمن التحكم في الدوافع الداخلية وإشباعها بطريقة تؤدي إلى خفض التوتر وأخيرا المستوى الاجتماعي الذي يتضمن إشباع الحاجات الفردية بالتنسيق مع المتطلبات الاجتماعية.

4 – أبعاد التوافق:

اختلفت الآراء حول تحديد أبعاد التوافق تبعا لنظرة العلماء إلى المعنى الحقيقي لهذا المصطلح، فالبعض أشار إلى وجود بعدين فقط للتوافق هما البعد الشخصي والبعد الاجتماعي **(فهمي، 1978، ص29)**، و البعض أشار إلى وجود ثلاثة أبعاد للتوافق هي التوافق الشخصي، التوافق الاجتماعي و التوافق المهني **(زهران، 1997، ص 29)** وهناك من حدد أربعة أبعاد وهي التوافق الشخصي، التوافق الاجتماعي، التوافق التعليمي، التوافق الأسري، و هناك من حدد خمسة أبعاد هي التوافق الشخصي والتوافق الاجتماعي والتوافق المنزلي والتوافق المدرسي و التوافق الجسمي **(الصويط ، 2008، ص54)**.

والبعض الآخر عده بأنه يقوم على أساس الشعور بالأمن الذاتي ويتضمن عدد من الأبعاد كالاعتماد على النفس، والإحساس بالقيمة والحرية والانتماء، بالإضافة إلى عدم الميل للإنفراد والخلو من الأعراض العصابية **(سليمان، 2008، ص 44)**.

وهناك من الباحثين من يقتصر على عرض الأبعاد التي يتناولها في دراسته فقط.

ولقد حاولت الباحثة عرض أهم الأبعاد التي تغطي التوافق النفسي وتشمل الصحة النفسية للفرد وهي على النحو التالي:

4 – 1 التوافق الشخصي والانفعالي:

يتمثل التوافق الانفعالي في إدراك الشخص للجوانب المختلفة للمواقف التي تواجهه، ثم الربط بين هذه الجوانب وما لديه من دوافع وخبرات وتجارب سابقة من نجاح وفشل تساعده على تعيين وتحديد نوع الاستجابة التي تتفق و مقتضيات الموقف الراهن وتسمح له بتكييف استجابته تكييفا ملائما ينتهي به الفرد إلى التوافق مع البيئة و المساهمة الإيجابية في نشاطها وفي نفس الوقت ينتهي إلى حالة من الشعور بالرضا و السعادة **(الصويط، 2008، ص 55)**.

كما يقصد أيضا بالتوافق الشخصي قدرة الفرد على التوفيق بين دوافعه المتصارعة توفيقا يرضيها جميعا إرضاء متزنا، ولا يعني ذلك طبعا الخلو من الصراعات النفسية، إذ لا يخلو منها إنسان أبدا، وإنما يعني القدرة على حسم هذه الصراعات و التحكم فيها بصورة مرضية والقدرة على حل المشاكل حلا إيجابيا إنشائيا بدلا من الهروب منها أو التمويه عليها.

وتتمثل أهم مظاهر التوافق الشخصي والانفعالي في الاعتماد على النفس والإحساس بالقيمة و الحرية الذاتية و الشعور بالانتماء وعدم الميل للإنفراد و كذا الخلو من الأعراض العصابية **(سلطان، 2008، ص 44).**

نستخلص أن التوافق الشخصي هو قدرة الفرد على تحقيق حاجاته مع التحكم في صراعاته وانفعالاته، فالشخص المتوافق انفعاليا هو شخص متزن غير متهور يعبر عن انفعالاته بطريقة مقبولة ويستطيع ضبط نفسه في المواقف التي تثير الانفعال إلى جانب تقبله لذاته و الرضا عنها وشعوره بقيمته الذاتية و أنه ذو قيمة في هذه الحياة و كذا خلوه من الاضطرابات العصابية وتمتعه بالاتزان الانفعالي و الهدوء النفسي.

4 – 2 التوافق الاجتماعي:

يرى زيدان أن التوافق الاجتماعي هو التفهم الكفء للتغيرات الاجتماعية سواء كانت أفكارا أو عادات أو ابتكارات أو ظروف بحيث يتمكن الفرد من إيجاد صيغة للتفاهم المشترك بينه وبين التغيرات الحادثة و بحيث تتضح له فكرته عن نفسه و بحيث تتماشى أهدافه مع أهداف الجماعة **(زيدان، 1987، ص 55).**

ويشير جمال أبو دلو إلى أن التوافق الاجتماعي أو التوافق مع البيئة الاجتماعية أو الوسط الاجتماعي يعني قدرة الفرد على التكيف مع البيئة الخارجية – المادية والاجتماعية والمقصود بالبيئة المادية كل ما يحيط بالفرد من عوامل وظروف طبيعية ومادية مثل وسائل المواصلات، الأجهزة والآلات...لخ، أما البيئة الاجتماعية فتشمل العلاقات مع الآخرين في إطار التعامل الإنساني، الألفة، الثقافة والتبادل الفكري، المعايير الاجتماعية، القيم والعادات والأهداف العامة والمصالح الإنسانية المشتركة **(أبو دلو،2009، ص 228).**

وتعرفه شقير بأنه قدرة الفرد على المشاركة الاجتماعية الفعالة وشعوره بالمسؤولية الاجتماعية و امتثاله لقيم الجماعة، وشعوره بقيمته و دوره الفعال في تنمية مجتمعه وقدرته على تحقيق الانتماء والولاء للجماعة من حوله، والدخول في منافسات اجتماعية بناءة مع الآخرين، و القدرة على إقامة علاقات طيبة إيجابية مع أفراد المجتمع بما يحرص على حقوق الآخرين في جو من الثقة والاحترام المتبادل معهم، والشعور بالسعادة والامتنان لانتمائه للجماعة واحتلاله مكانة متميزة من خلال ما يؤديه من عمل اجتماعي تعاوني. **(شقير، 2003، ص04).**

و تتمثل أهم مظاهر التوافق الاجتماعي في تقبل الفرد للآخرين ومسامحتهم والتغاضي عن مساوئهم وإقامة علاقات طيبة معهم، وكذا شعوره بالمسؤولية الاجتماعية وجعل أهدافه وسلوكاته تتماشى مع المعايير السائدة في المجتمع، و تحرره من الميول المضادة للمجتمع كالعراك وتخريب ممتلكات الغير....لخ (**الشاذلي، 2001، ص 65**).

بناء على ما سبق يمكن القول أن التوافق الاجتماعي هو قدرة الفرد على الوصول إلى حالة من التوازن بينه وبين بيئته الاجتماعية وذلك من خلال الالتزام بأخلاقيات المجتمع ومسايرة معاييره والامتثال لقواعد الضبط الاجتماعي وتقبل التغير الاجتماعي والعمل لخير الجماعة مما يؤدي إلى الشعور بالسعادة مع الآخرين وبالتالي تحقيق الصحة الاجتماعية.

4 – 3 التوافق المنزلي أو الأسري:

هو مدى قدرة الفرد على التعايش في الجو الأسري بعيدا عن المشاكل العائلية والقدرة على تحمل المسؤولية فيه مع الاحتفاظ بعلاقات حميمية مع الوالدين والإخوة وبقية أفراد الأسرة الآخرين (**الصويط، 2008، ص56**).

ويرى عبد الخالق أن التوافق الأسري هو تمتع الفرد بحياة سعيدة داخل أسرة تحبه وتقدره وتحنو عليه وتحترمه مع تمتعه بدور حيوي وفعال فيها، و أن يكون أسلوب التفاهم هو الأسلوب السائد في أسرته وأن توفر له إشباع حاجاته وحل مشكلاته الخاصة وتساعده على تحقيق أكبر قدر من الثقة بالنفس (**عبد الخالق ، 1993، ص 23**).

نستخلص أن التوافق الأسري هو حالة من الانسجام بين الفرد وأسرته تتجلى في تمتعه بعلاقات وثيقة وصادقة مع أفرادها بحيث يقوم كل منهم بواجبه نحو الآخر.

4 – 4 التوافق الصحي:

تشير شقير إلى أن التوافق الصحي هو تمتع الفرد بصحة جيد خالية من الأمراض الجسمية والعقلية والانفعالية مع تقبله لمظهره الخارجي والرضا عنه، و خلوه من المشاكل العضوية المختلفة، وشعوره بالارتياح النفسي تجاه قدراته وإمكانياته وتمتعه بحواس سليمة وميله إلى النشاط والحيوية معظم الوقت، وقدرته على الحركة والاتزان وسلامة في التركيز مع الاستمرارية في النشاط والعمل دون إجهاد أو ضعف لهمته ونشاطه (**شقير،2003،ص05**).

أما نجاتي فيرى أن التوافق الصحي هو القدرة على التكيف مع الأمراض المختلفة والتوتر المصاحب لها من خلال إتباع الأساليب والتعليمات الصحية بشكل يسمح بممارسة الحياة بشكل طبيعي، ويمكن القول بأن التوافق الصحي يعطي مؤشرا عن الحالة الصحية للفرد مما يوجب العناية الصحية به عند سوء التوافق الصحي **(نجاتي، بدون سنة، ص 21)**.

نستخلص أن التوافق الصحي هو إما خلو الفرد من الأمراض المختلفة أو قدرته على التكيف والتعامل معها في حالة إصابته بها بشكل يسمح له بممارسة نشاطاته وعيش حياته بشكل طبيعي قدر الإمكان.

4 – 5 التوافق الزواجي:

يعرف حسن مصطفى عبد المعطي ورواية محمود التوافق الزوجي بأنه قدرة الزوجين على حل الصراعات ومواجهة الصعوبات والتفاعل بإيجابية في واجهة ضغوط الحياة **(عبد المعطي و حسين،1993، ص32)**.

ويتحدد التوافق الزوجي من خلال سلوكيات الزوجين في المواقف الحياتية مثل التعاون والتفاهم والمساندة و تجنب النقد والتعبير عن المشاعر والتواصل الجيد والقدرة على ضبط المشاعر السالبة و درجة الصراحة و وضوح الأهداف.

و تعرفه سوزان إسماعيل بأنه إشباع الحاجات الأولية والبيولوجية ووسيلة للتعاون الاقتصادي والتجاوب العاطفي، بالإضافة إلى القدرة على نمو شخصية كلا من الزوجين معا في إطار التفاني والإيثار والاحترام والتفاهم والثقة المتبادلة، و هو أيضا قدرة الزوجين على تحمل مسؤوليات الزواج وحل مشكلاتهما ثم القدرة على التفاعل مع الحياة **(عن الطاهرة، 2004، ص 12)**.

نستنتج أن التوافق الزوجي هو نوع من التفاعل الاجتماعي الإيجابي بين الزوجين تتجلى مظاهره في تحمل المسؤوليات الزوجية ومواجهة المشكلات وإشباع الرغبات الجنسية ولتحقيقه ينبغي أن يتسم الزوجين بعدد من الصفات كالإيثار واحترام الطرف الآخر والثقة فيه...الخ

4 – 6 التوافق المهني:

التوافق المهني هو العملية الديناميكية المستمرة التي يقوم بها الفرد لتحقيق التلاؤم بينه وبين البيئة المهنية، المادية و الاجتماعية والمحافظة على هذا التلاؤم، وينبغي أن يكون في

الحسبان أن قدرة الفرد على التكيف لظروف و مطالب العمل إنما تعني أن يتكيف مع الآلة و مع روتين العمل و مع زملائه ومع مزاج رئيسه ومع الظروف الفيزيقية التي تحيط به، وأن يدرك أن رغبته الصادقة في العمل وقدرته على أدائه أداءا مرضيا ليس دائما ضمانا لقبوله من زملائه أو ترقيته من رئيسه.

ولا ينبغي أن نتصور أن التوافق المهني هو توافق الفرد لواجبات عمله المحددة، ذلك أن التوافق المهني يعني توافق الفرد لبيئة العمل، وهذا يتضمن توافقه لكل العوامل البيئية المحيطة به في عمله و لكل التغيرات التي تحدث لهذه العوامل خلال فترات الزمن، كما يتضمن توافقه مع صاحب العمل و رئيسه في العمل و مع متطلبات العمل نفسه ومع الظروف الاقتصادية للعمل و كذا مع استعداداته وميوله الذاتية **(عوض،2006، ص 54)**.

نستخلص أن التوافق المهني هو قدرة الفرد على الانسجام مع البيئة المهنية بما فيها طبيعة العمل و الظروف المادية والفيزيقية المحيطة به وكذا الزملاء والرؤساء.

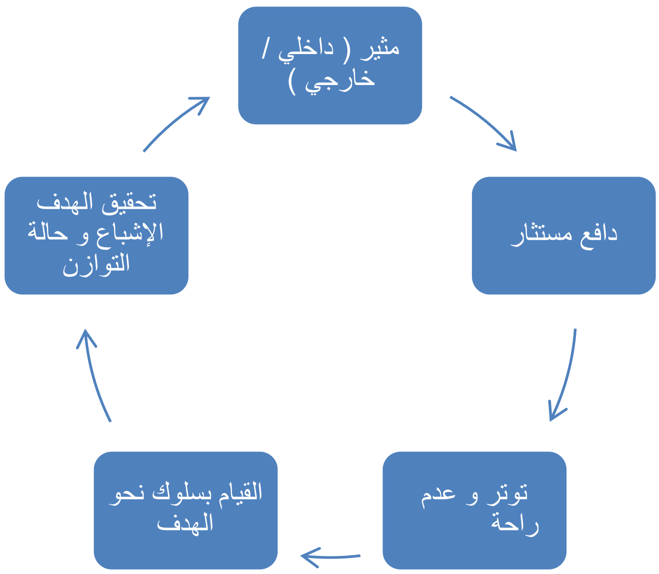
5 - دورة الحياة النفسية للتوافق:

في حياة كل منا مزيج من الرغبات والحاجات والدوافع التي تعبر عن انفعالات واتجاهات ومثل و عادات هذه تتكامل فيما بينها لتعكس ما تختلج به نفوسنا، ويبقى هذا الانطباع ناقصا وغير متكامل ما لم يقم الفرد بنشاط يؤدي إلى إشباع هذه الرغبات والحاجات و بالتالي الاتزان و التخلص من التوتر و هذا ما يسمى بالتوافق.

وهكذا تمضي حياة الإنسان في سلسلة من العمليات التوافقية بعضها تتحقق فيها أهداف الفرد بسهولة والبعض الآخر توافقات صعبة تواجهه فيها العوائق.

5 - 1 التوافق السهل:

يمكن أن نوضح دور الحياة النفسية في التوافق السهل وفق الشكل الآتي:

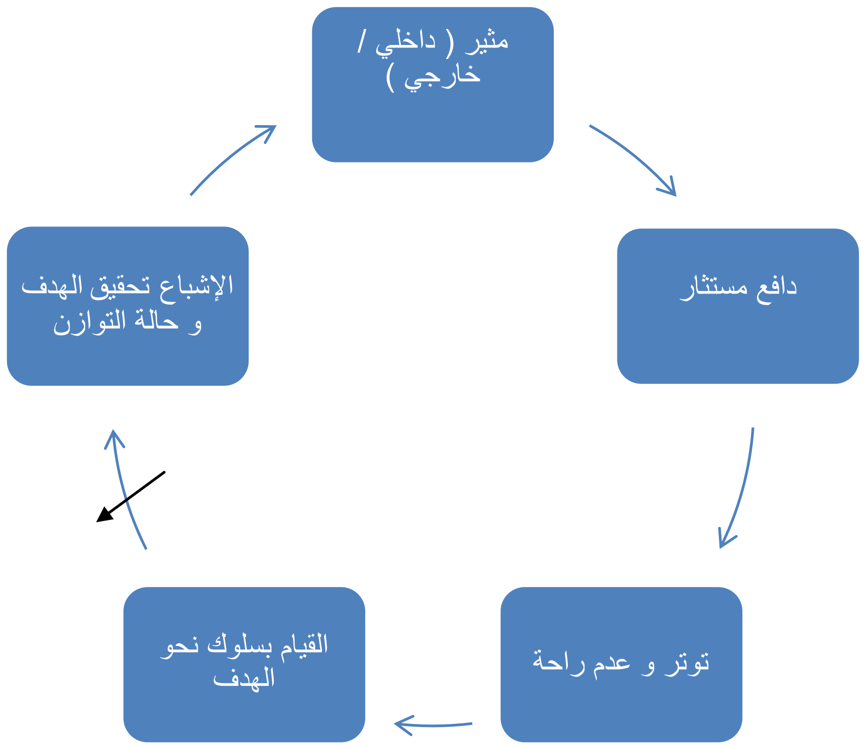


شكل رقم (3): يبين دورة الحياة النفسية في التوافق السهل (الخالدي و العلي، 2009، ص15).

نلاحظ من الشكل السابق أن عملية التوافق ضمن هذه الدورة تبدو أمرا سهلا إذ يقوم بها الكائن الحي بدون مشقة، حيث يوجد مثير يستشير دافع فتتولد حالة من التوتر وعدم الراحة تدفع الفرد للقيام بسلوك ما تجاه الهدف، مما يؤدي إلى تحقيق الهدف، فتتولد حالة من الإشباع و بالتالي التوازن، فالفرد في دورة الحياة النفسية في التوافق السهل يصل إلى أهدافه بجهد قليل واستجابات تعود عليها معتمدا على خبراته السابقة **(الخالدي و العلي، 2009، ص15).**

5 – 2 التوافق الصعب:

يمكن أن نوضح دورة الحياة النفسية في التوافق الصعب وفق الشكل التالي:



الشكل رقم (4) يبين دورة الحياة النفسية في التوافق الصعب (الخالدي و العلي، 2009، ص15).

نلاحظ من الشكل السابق أن عملية التوافق ضمن هذه الدورة تبدو أمرا صعبا، إذ يقوم بها الكائن الحي بمشقة، حيث يوجد مثير يستثير دافع، فتتولد حالة من التوتر وعدم الراحة ويكون هناك عائق داخلي أو خارجي يقف حائلا دون القيام بسلوك نحو الهدف، ويتطلب ذلك من الكائن الحي اتخاذ أساليب توافقية تسمح بالوصول إلى الهدف، و بعد التغلب على هذا العائق يقوم الكائن الحي بسلوك ما تجاه الهدف، فتتولد حالة من الإشباع و بالتالي التوازن.

كما نلاحظ أيضا أن عملية التوافق ضمن هذه الدورة تتطلب من الفرد الكثير من الجهد والمشقة، ففي كثير من الأحيان تعترض الفرد عوائق يصعب معها الوصول إلى حالة التوافق والاتزان، و قد يستخدم أحد الأساليب التوافقية التالية:

- زيادة الجهد للتغلب على العائق
- تعديل السلوك لتجاوز العائق

- تعديل الهدف أو تبديله بهدف آخر
- تأجيل تحقيق الهدف
- التخلي عن الهدف نهائيا
- الشعور بالفشل والإحباط واللجوء إلى الحيل النفسية، حيث يلجأ إليها الفرد للدفاع عن الذات ومنعها من التألم تجاه صراعاتها مع الدوافع المرفوضة، كما يلجأ إليها للخروج من المشكلة التي تكتنفه وتسيطر عليه، فالفرد في مثل هذه الحالات يكون هدفه الأساسي هو التوافق إلا أنه أخطأ الوسيلة (**المرجع السابق، ص17**).

و تجدر الإشارة إلى أنه عادة ما تميل الكائنات الحية إلى تغيير نشاطها استجابة لما يحدث في بيئتها من تغير، فعندما يطرأ تغير على بيئة الفرد فإنه يعدل سلوكه ويبحث عن وسائل جديدة لإشباع حاجاته وهذا النوع من السلوك يسمى بالتوافق، فالتوافق يشير إلى أن الأحداث النفسية تعمل على استبعاد حالات التوتر وإعادة الفرد إلى مستوى معين هو المستوى المناسب لحياته والذي يؤدي إلى تحسن صحته النفسية، وقد تكون التغيرات في البيئة التي يعيش فيها الفرد شديدة لدرجة تتجاوز الحد الذي يقوى على مقابلته والتوافق معه، وهكذا تنشأ الحالات المرضية كالعصاب، فالفرد في توافقه مع محيطه المتغير يتبع استراتجيات توافق متنوعة ومتغيرة منها ما هو سلبي ومنها ما هو إيجابي (**الخالدي والعلى،2009، ص 18**).

5 - 3 خطوات عملية التوافق:

تمر عملية التوافق بعدة خطوات وفق الآتي:

- وجود دافع يدفع الإنسان إلى هدف ما و ذلك من خلال زيادة الشعور بالتوتر وعدم الراحة.
- وجود عائق يمنع الإنسان من الوصول إلى الهدف.
- قيام الإنسان بحركات وأعمال كثيرة للتغلب على العائق.

- الوصول أخيرا إلى حل يمكن من التغلب على العائق و يؤدي إلى الوصول إلى الهدف وإشباع الدافع.

غير أن هذه العملية لا تتم دائما بهذا النظام المذكور، وهو الذي يؤدي إلى التغلب على العائق وحل المشكلة، فمن المشاهد أن بعض الناس يعجزون عن حل مشكلاتهم و لا يستطيعون أن يتغلبوا على العوائق التي تعترضهم، و قد يلجأ بعض الأشخاص إلى تجنب هذه العوائق و يؤدي ذلك إلى ابتعادهم عن أهدافهم الأصلية **(سليمان، 2005، ص 76)**.

بناءا على ما سبق يمكن القول أن عملية التوافق هي عملية ضرورية لبقاء الإنسان والكائن الحي عموما على قيد الحياة، و هي تتم إما بشكل سهل حيث يحقق الفرد الإشباع ويتخلص من التوتر الناتج عن الدافع ببذل القليل من الجهد و بالاعتماد على خبراته السابقة في المواقف المشابهة، و إما أن تتم بشكل صعب بحيث تعترض الإنسان عوائق كثيرة في سبيل الإشباع، هذه العوائق قد يتغلب عليها ببذل المزيد من الجهد أو بتعديل طريقة تعامله معها وبالتالي يحقق الإشباع، و إن لم يتمكن من ذلك فإنه قد يعدل من الهدف أو يغيره أو يؤجله، و قد يضطر إلى التخلي عنه نهائيا، و هذه كلها استراتجيات توافقية ايجابية، و لكنه قد يلجأ إلى الاستراتيجيات السلبية كالحيل الدفاعية لحماية نفسه من التألم و المعاناة.

6 – مؤشرات ومظاهر التوافق النفسي:

حدد علماء النفس مجموعة من الصفات يمكن من خلالها الحكم على الشخصية إذا ما كانت متوافقة نسبيا أو غير متوافقة وهي على النحو التالي:

- **الراحة النفسية:**

والمقصود بها أن الشخص المتمتع بالتوافق النفسي هو الذي يستطيع مواجهة العقبات وحل المشكلات بطريقة هادئة ترضاها نفسه ويقرها المجتمع.

- **الكفاية في العمل:**

تعتبر قدرة الفرد على العمل والإنتاج والكفاية فيه وفق ما تسمح به قدراته ومهاراته من أهم دلائل التوافق النفسي والصحة النفسية عموما، فالفرد الذي يزاول مهنة ما تتاح له

الفرصة لاستغلال كل قدراته وتحقيق أهدافه الحيوية وكل ذلك يحقق له الرضا والسعادة النفسية.

- **إقامة علاقات اجتماعية منتجة وبناءة:**

حيث تعد قدرة الفرد على إقامة علاقات اجتماعية يميزها الحب والثقة والتفاهم والأخذ والعطاء المتبادل والتعاون البناء لدفع عجلة التطور والتقدم في المجتمع من أهم مقومات التوافق النفسي.

- **الخلو من الأعراض الجسمية:**

ذلك أنه في بعض الأحيان يكون الدليل الوحيد على سوء التوافق هو ظهور أعراض جسمية مرضية، فالطب السيكوسوماتي يؤكد لنا أن الكثير من الاضطرابات العضوية تكون ناتجة أساسا عن الاضطرابات النفسية.

- **الشعور بالسعادة:**

الشخصية السوية هي شخصية تعيش في سعادة لأنها قادرة على مواجهة صراعاتها ومخاوفها والتحكم فيها.

- **القدرة على ضبط الذات وتحمل المسؤولية:**

الشخص المتوافق هو شخص يستطيع التحكم في رغباته وهو قادر على إرجاء إشباع بعضها لوقت أخر لأنه مدرك لعواقب الأمور، كما أنه شخص قادر على أداء واجباته كاملة اتجاه نفسه وأسرته ومجتمعه.

- **ثبات الاتجاهات:**

إن ثبات اتجاهات الفرد دليل على تكامل شخصيته وتمتعه بنضج انفعالي كبير.

- **اتخاذ أهداف واقعية:**

الشخص المتمتع بالتوافق هو الذي يضع أمام نفسه أهدافا ومستويات للطموح تكون في مستوى إمكانياته الحقيقية ويسعى للوصول إليها حتى لو كانت تبدو له في غالب الأحيان بعيدة المنال، فالتوافق ليس معناه تحقيق الكمال، بل بذل الجهد والعمل المستمر في سبيل تحقيق الأهداف.

- **تنوع نشاط الفرد:**

فتنوع نشاط الفرد و عدم اقتصاره على مجال واحد فقط دليل على استمتاعه بالحياة واتساع مجال تجاوبه معها مما يعني تمتعه بالصحة النفسية.

- **المرونة في مواجهة الواقع:**

ذلك أن سلوك الفرد متنوع إلى حد كبير، ويتطلب كل ظرف تصرفا مناسبا، كما أن كل مكان و زمان يتطلب أيضا ما يناسبه من سلوك **(حشمت و الباهي، 2007، ص 67).**

- **الإحساس بإشباع الحاجات:**

من مؤشرات توافق الفرد مع نفسه ومع الآخرين إحساسه بأن جميع حاجاته البيولوجية والاجتماعية (الطعام الشراب، الجنس، الأمن، الانتماء، الإحساس بأنه محبوب من الآخرين.. الخ) مشبعة بطريقة شرعية.

- **الثبات الانفعالي:**

من أهم السمات التي تميز الشخص المتوافق قدرته على التحكم في انفعالات السلبية والإيجابية.

- **اتساع الأفق:**

ويقصد به اتصاف الفرد بقدرة فائقة على تحليل الأمور وفرز الإيجابيات من السلبيات وكذا تمتعه بتفكير علمي وقدرة على تفسير الظواهر وفهم أسبابها وقوانينها.

- **امتلاك مجموعة من القيم:**

فالشخص المتوافق هو الشخص الذي يؤمن بالقيم الإنسانية كحب الناس والاهتمام بهم، الشجاعة، الرحمة، التعاطف ...لخ **(الداهري، 2005، ص 60).**

نستخلص أن مؤشرات التوافق النفسي هي مجموعة من صفات و السلوكيات التي إذا ما تحلى بها الفرد أو قام بها أدت به إلى حالة التوازن والاستقرار النفسي.

7 – العوامل المعينة على التوافق:

يعتبر التوافق النفسي حالة يحقق فيها الفرد قدراته الخاصة ويمكنه التغلب على الصعوبات العادية في الحياة وأن يعمل بإنتاجية مثمرة، وهناك مجموعة من العوامل المعينة للإنسان كي يكون متوافقا نذكر منها:

- الرضا بالقضاء و القدر
- وضع أهداف واقعية ممكنة التحقيق.
- توفر مجموعة من القيم.
- توفر مجموعة من الاتجاهات الاجتماعية الإيجابية كاحترام العمل، تقدير المسؤولية، الولاء للقيم والتقاليد السائدة في المجتمع.
- التفكير العلمي و اتساع الأفق.
- معرفة الإنسان لنفسه أي معرفة إمكانياته وقدراته.
- إشباع الحاجات الأولية والثانوية.
- الخلق الرفيع.
- المرونة.
- العلاقات الطيبة داخل العائلة.
- التقبل من طرف الآخرين و لاسيما الوالدين.
- المشاركة في اتخاذ القرارات.
- معرفة قوانين وعادات المجتمع **(حدقي،2004، ص 14)**.

بناء على ما سبق يمكن القول أن عملية التوافق لا تتم أو تتم بشكل ناقص إذا لم تتوفر في الفرد وأسرته ومجتمعه عوامل تعينه على القيام بها.

8 – العوامل المعيقة للتوافق:

رغم أن الفرد يسعى دوما لتحقيق التوافق والاتزان إلا أنه غالبا ما تعترضه عقبات تحول دون تحقيق ذلك وهذه العقبات قد تعود إلى خاصية أو سمة في الفرد ذاته أو إلى البيئة التي يعيش فيها ويمكن حصر هذه العوائق فيما يلي:

8 – 1 العوائق الجسمية:

وتشمل سوء حالة الفرد الصحية وإصابته بالأمراض المختلفة والعاهات والتشوهات، وكذا ضعف قدرته الخاصة كنقص الذكاء وضعف الإدراك والتركيز والانتباه.

8 – 2 العوائق النفسية:

ومن هذه العوائق الصراع النفسي الذي ينشأ عن تعارض وتناقض أهداف الفرد أو عدم تماشيها مع إمكانياته وقدراته، وكذا السخط وعدم الإيمان بالقضاء والقدر والتشدد والصلابة في الرأي، و ضيق الأفق والميول الشاذة وعدم تناسب الانفعالات مع المواقف.

8 – 3 العوائق الاجتماعية:

تتمثل في بعض العادات والتقاليد السيئة السائدة في المجتمع والتي من شأنها التقليل من مهارات الفرد وإعاقته عن إشباع حاجاته، بالإضافة إلى المعاملة السيئة والحرمان من المشاركة في اتخاذ القرارات، والعلاقات الأسرية المضطربة.

8 – 4 العوائق المادية والاقتصادية:

حيث يعتبر نقص المال وعدم توفر الإمكانيات المادية عائق يمنع الفرد من تحقيق أهدافه في الحياة كالتعليم، الزواج، العمل ...الخ. مما يسبب له الشعور بالإحباط ويمنعه من التوافق. **(حشمت و الباهي، 2007، ص63).**

نستخلص أن عملية التوافق ليست عملية سلسة إذ غالبا ما تعترضها عقبات ينبغي على الفرد تجاوزها والتأقلم معها للوصول إلى حالة الاتزان و الشعور بالرضا.

9 – معايير قياس التوافق:

توجد عدد من المعايير للحكم على مستوى التوافق النفسي للفرد ويمكن إجمالها فيما يلي:

9 – 1 المعيار الإحصائي:

يشير مفهوم التوافق طبقا للمعيار الإحصائي إلى القاعدة المعروفة بالتوزيع الاعتدالي، والتوافق طبقا لهذه القاعدة يعني المتوسط العام لمجموعة الخصائص والأشخاص، والشخص غير المتوافق هو الذي ينحرف عن المتوسط العام لتوزيع الأشخاص أو السمات والسلوك.

والمفهوم الإحصائي بذلك لا يضع في الاعتبار أن التوافق عند الشخص ينبغي أن يكون مصحوبا بالرضا عنده وبتوافقه مع نفسه **(منصور،1982، ص 420).**

9 – 2 المعيار القيمي:

يستخدم المنظور القيمي مفهوم التوافق لوصف مدى اتفاق السلوك مع المعايير الأخلاقية وقواعد السلوك السائدة في المجتمع، وعلى هذا النحو ينظر للتوافق على أنه مسايرة أي اتفاق السلوك مع الأساليب أو المعاني التي تحدد التصرف أو المسلك السليم في المجتمع، ولذلك فالشخص المتوافق هو الذي يتفق سلوكه مع القيم الاجتماعية السائدة في جماعته، وقد ينظر للتوافق بنظرة أخلاقية وذلك في ضوء مبادئ أخلاقية و معايير مثالية أو قواعد سلوكية تقرها ثقافة المجتمع **(المرجع السابق، ص 420).**

9 – 3 المعيار الطبيعي:

يشتق التوافق طبقا لهذا المفهوم من حقيقة الإنسان الطبيعية وأصحاب هذا الاتجاه يستنبطون مفهوم التوافق من البيولوجيا وهي نظرة تبحث عما ينبغي تحقيقه (الينبغيات)، ويستخلص مفهوم التوافق طبقا لهذا المعيار بناء على خاصيتين يتميز بهما الإنسان عن غيره من المخلوقات، الخاصية الأولى هي قدرة الإنسان الفريدة على استخدام الرموز، حيث تمكن عن طريق الرموز إرجاء حاجاته وإشباعاته وأن يحتفظ في عقله بالأهداف البعيدة، كما أنه استطاع عن طريق الرموز أن يتعامل مع الأشياء في حاضرها و غيابها وأن يتعلم ليس من خبرته فقط ولكن من خبرة الآخرين أيضا، و الخاصية الثانية هي طول فترة الطفولة لدى الإنسان بسبب عدم اكتمال النمو البيولوجي للطفل إذا ما قورن بالحيوان وهي فترة تطول كلما أصبحت الثقافة أكثر تعقيدا.

والشخص المتوافق طبقا لهذا المفهوم هو من لديه إحساس بالمسؤولية الاجتماعية، حيث أن المسؤولية مقدرة مميزة تنبع من احتفاظ الإنسان في عقله بصورة رمزية عن المستقبل، كما أن اكتساب المثل والقدرة على ضبط الذات طبقا لهذا المفهوم من معالم الشخصية المتوافقة **(منصور،1982، ص 422).**

9 – 4 المعيار الثقافي:

إن المجتمع وثقافته يمثلان محددات رئيسية لبناء الشخصية الإنسانية ومن هنا يعتبر الإنسان بصفة عامة انعكاسا للواقع الثقافي الذي يعيشه. ووفقا لهذا المعيار فإن الحكم على الشخص المتوافق يكون في إطار الجماعة المرجعية للفرد، إلا أنه يجب أن نضع في

الاعتبار عند استخدام هذا المعيار في الحكم على الشخص المتوافق معايير النسبة الثقافية، فما هو سوي في جماعة قد يعتبر شاذا أو مرضيا في جماعة أخرى، ومعنى ذلك أن الحكم على الشخص المتوافق أو غير المتوافق لا يمكن الوصول إليه إلا بعد دراسة ثقافة الفرد وتحليلها إلى الثقافات الفرعية المختلفة.

ويشير طلعت منصور إلى أن المفهوم الثقافي بهذا المعنى ينطوي على مبالغة زائدة في الأخذ بمعايير المسايرة فالأشخاص المسايرون للجماعة المرجعية هم المتوافقون في حين أن غير المسايرين هم غالبا من غير الأسوياء، ورغم أهمية المسايرة في التوافق إلا أنها قد تفتح المجال أمام تحقيق المصالح الذاتية، حيث ينصاع الفرد لجماعته بغرض تحقيق مصلحة خاصة، هذا بالإضافة إلى أن الانصياع الزائد هو سلوك لا توافقي **(المرجع السابق، ص 425)**

9 – 5 المعيار الذاتي (الظاهري):

هو التوافق كما يدركه الشخص ذاته بصرف النظر عن المسايرة التي قد يبديها الفرد على أساس المعايير السابقة، فالمحك الهام هنا هو ما يشعر به الشخص وكيف يرى في نفسه الإحساس بالسعادة، وهذا يعني أن التوافق إحساس داخلي فإذا كان الشخص وفقا لهذا المعيار يشعر بالقلق أو التعاسة فهو يعد غير متوافق.

و رغم ما لهذا المعيار من أهمية في الإحساس بالتوافق ذاتيا إلا أن علماء النفس يقرون أن بعض المرضى النفسيين يعطون تقديرات ذاتية وانطباعات شخصية عن هدوئهم وإحساسهم بالسعادة، بالإضافة إلى أنه كثيرا ما يمر معظمنا بحالات من الضيق والقلق **(منصور، 1982، ص 425)**

9 – 6 المعيار الكلينيكي:

يتحدد مفهوم التوافق أو الصحة النفسية في ضوء المعايير الكلينيكية لتشخيص الأعراض المرضية على أساس غياب الأعراض العصابية والخلو من مظاهر القلق.

ويشير طلعت منصور إلى أن التوافق بالمعنى السابق يعتبر مفهوما مضللا وضيقا، فلا يكفي أن يخلو الفرد من الأعراض لكي نعتبره متوافقا، ولكن ينبغي أن تلقى أهدافه وطاقاته توظيفا فعالا في مواقف الحياة المختلفة، ولذلك فالمعيار الكلينيكي لا يحدد التوافق على نحو إيجابي ذو معنى (**المرجع السابق، ص 425**).

9 – 7 معيار النمو الأمثل:

إن قصور المعيار الكلينيكي ساعد على تبني نظرة أكثر إيجابية في تحديد الشخصية المتوافقة، يستند في تحديده إلى مفهوم منظمة الصحة العالمية لمفهوم الصحة النفسية، فهو يعتبرها حالة من التمكن الكامل من النواحي الجسمية والعقلية والاجتماعية، وليس مجرد الخلو من المرض، ورغم أهمية مفهوم النمو الأمثل في تحديد الشخصية المتوافقة إلا أنه من الصعب تحديد نماذج السمات أو الأنماط السلوكية التي تشكل النمو الأمثل، فما يعتبر مرغوبا إنما يعكس ثقافة المجتمع كما يعكس المعتقدات والقيم الشخصية، لذا فإن مفهوم النمو الأمثل يمكن اعتباره مبدأ عاما و ليس محكا يمكن تحديده وقياسه (**منصور، 1982، ص 426**).

9 – 8 المفهوم النظري:

هناك اتجاه يعمد إلى تحديد مفهوم التوافق في إطار مرجعي نظري يستند إلى تصور خاص، فنظرية التحليل النفسي ترى أن الخلو من الكبت دليل على التوافق، ولكن هناك مواقف كثيرة يكون نقص التعليم وليس الكتب هو المسئول عن السلوك المضاد أو الشعور بعدم السعادة أو الضيق أو اليأس.

والواقع أن المفاهيم السابقة للتوافق تتميز بالشمولية فكل من المفاهيم القيمية والإحصائية والذاتية والثقافية تحدد نوعا معينا من التوافق و لذلك فإنه من الصعب الفصل في البحث عن التوافق بين التصورات التي تبناها العلماء وطوروها، كما أنه من الصعب أن نقصر هذا المفهوم على إطار نظري معين، و لذا يصبح من المهم تحديد معايير متعددة للتوافق.

10 – النظريات المفسرة للتوافق:

10 – 1 النظرية البيولوجية:

تؤكد هذه النظرية على أن الأمراض النفسية هي نتاج لإصابات دماغية و أمراض عضوية، و يهتم المنشغلون بالطب النفسي بالجوانب المرضية المرتبطة بالاضطراب النفسي من الناحية الفسيولوجية على أساس أنها اضطرابات وظيفية ناجمة عن اضطراب التنظيم الهرموني أو الكيمائي لدى الفرد مع إسهام العوامل الوجدانية والبيئة، وإذا تعين الخلل وعولج انتظمت الصحة النفسية، ويهتم أصحاب هذا الاتجاه باستخدام الأدوية والتدخل

الجراحي لإزالة الأعراض بغض النظر عن ديناميكية الصراعات النفسية باعتبارها ذات طبيعة كيفية (**يوسف، 2001، ص 87**).

نستخلص أن عملية التوافق حسب النظرية البيولوجية تعتمد على سلامة وظائف الجسم المتخلفة، فالتوافق في ظل هذه النظرية يعني انسجام وظائف الجسم، أما سوء التوافق فهو ناتج عن اختلال التوازن الهرموني أو وظيفة من وظائف الجسم.

10 – 2 نظرية التحليل النفسي:

يرى فرويد أن عملية التوافق الشخصي غالبا ما تكون لاشعورية أي أن الفرد لا يعي الأسباب الحقيقية لكثير من سلوكياته، فالشخص المتوافق هو من يستطيع إشباع المتطلبات الضرورية للهو بوسائل مقبولة اجتماعيا، أي أن التوافق يتحقق عندما تكون الأنا عند الفرد بمثابة المدير المنفذ للشخصية، فهو الذي يسيطر على كل من الهو والأنا الأعلى، ويتحكم فيهما ويدير حركة التفاعل مع العالم الخارجي، تفاعل تراعى فيه مصلحة الشخصية بأسرها، فبأداء الأنا لوظائفه في حكمة واتزان يسود الانسجام ويتحقق التوافق، أما إذا تخلى الأنا عن قدر أكبر مما ينبغي من سلطانه للهو أو للأنا الأعلى أو للعالم الخارجي فإن ذلك يؤدي إلى انعدم الانسجام و إلى سوء التوافق وبالتالي ظهور الأعراض المرضية، حيث يرى فرويد أن العصاب و الذهان ما هما إلا عبارة من شكل من أشكال سوء التوافق، ويقرر أن السمات الأساسية للشخصية المتوافقة تتمثل في ثلاثة سمات هي قوة الأنا، القدرة على العمل، القدرة على الحب (**عسيري ،2003، ص32**).

وبعد فرويد تعددت وجهات النظر التحليلية والتي أكدت في الغالب على أهمية العوامل الاجتماعية وفاعلية الأنا، فعلى سبيل المثال يرى ايدلبرج (**Eidelberg**) أن التوافق هو تكامل الحاجات الغريزية ومتطلبات الأنا الأعلى وتلك مهمة الأنا و ذلك عن طريق التعلم واختبار الواقع (**Eidelberg , 1968, P 45**).

ويرى فروم أن توافق الفرد مع المجتمع يمثل حلا وسطا بين الحاجات الداخلية للفرد والمطالب الخارجية للمجتمع.

كما اعتقد يونج أن مفتاح التوافق والصحة النفسية يكمن في استمرار النمو الشخصي دون توقف أو تعطل، كما أكد على أهمية اكتشاف الذات الحقيقية وأهمية التوازن في الشخصية السوية المتوافقة (**عن النابلسي، 2009، ص 57**).

هذا وتفترض مدرسة التحليل النفسي حتمية وجود التعارض بين مطالب الفرد ومطالب الجماعة وصعوبة التوفيق بينهما، إذ لكي يتوافق الفرد مع مجتمعه عليه إما أن يضحي بفرديته نزولا عند مقتضيات الواقع ومطالب الجماعة وإما أن يتشبث بفردية في عناد وإصرار ويفرض نفسه على الناس فإذا نجح كان عبقريا وإذا فشل كان عصابيا لأنه لا يستطيع أن يكون ما يريد.

وبظهور علماء نفس الأنا من أمثال أنا فرويد وأتباعها وأخيرا اريكسون ازداد التركيز على إبراز تأثير العوامل الاجتماعية والعوامل الشخصية ممثلة في فاعلية الأنا في بناء الشخصية. وتشكل نظرية اريكسون واحدة من النظريات الحديثة في التحليل النفسي حيث يؤكد اريكسون على فاعلية الأنا وقد طور مفهوما أسماه أزمة النمو، فلكل مرحلة نمو خصائص لها طابع الأزمة، والأزمة هنا لا يقصد بها مفهوم الكارثة، وإنما يقصد أن لكل مرحلة نمائية نقطة تحول مصيرية، لهذا يكون الحل لكل أزمة نمو جانبها الإيجابي وجانبها السلبي لكي يسهم الحل الإيجابي لأزمة المرحلة في قوة الأنا وإيجابية التوافق في حين يسهم الحل السلبي في إضعاف الأنا وبالتالي يؤدي إلى سوء التوافق **(مصطفى، 2010، ص93)**.

نستخلص أن قوة الأنا ونجاحها في خفض التوتر الناتج عن دوافع الهو مع الأخذ بعين الاعتبار الأنا الأعلى والمطالب الاجتماعية هو محور تصور مدرسة التحليل النفسي لمفهوم التوافق وهي ترى أن الشخصية السوية هي القادرة على الحب والعمل وكذا القادرة على التعامل مع مبدأ الواقع.

10 – 3 النظرية السلوكية:

يشير رواد النظرية السلوكية إلى أن التوافق عملية مكتسبة عن طريق التعلم والخبرات التي يمر بها الفرد، والسلوك التوافقي يشتمل على خبرات تشير إلى كيفية الاستجابة لتحديات الحياة والتي سوف تقابل بالتعزيز أو التدعيم، ولقد اعتقد واطسن وسكينر أن عملية التوافق الشخصي لا يمكن لها أن تنمو عن طريق الجهد الشعوري، ولكنها تتشكل بطريقة آلية عن طريق تلميحات البيئة أو إثاباتها، و لقد رفض باندورا هذا التفسير السلوكي الكلاسيكي الذي يقول بتشكيل طبيعة الإنسان بطريقة آلية ميكانيكية حيث أكد أن الكثير من الوظائف البشرية تتم والفرد على درجة عالية من الوعي والإدراك، وأكد أيضا بأن السلوك وسمات الشخصية

نتاج للتفاعل المتبادل بين ثلاثة عوامل هي المثيرات و خاصة الاجتماعية منها (النماذج) والسلوك الإنساني والعمليات العقلية والشخصية، كما أعطى وزنا كبيرا للتعلم عن طريق التقليد ولمشاعر الكفاية الذاتية، حيث يعتقد أن لمشاعر الكفاية أثرها المباشر في تكوين السمات التوافقية أو غير التوافقية المؤدية إلى الكف عن النشاط، كذلك يرى أن سوء التوافق في مواجهة الموقف الجديد يرجع إلى عدم كفاءة الاستجابات القديمة وعدم القدرة على تعلم استجابات أكثر مواءمة مع حياة الفرد (**عودة، 2001، ص 34**).

أما هاس(Hass) فيرى أن التوافق هو انسجام الفرد مع المتطلبات التي يفرضها عليه دوره فيتنازل عن بعض رغباته وحاجاته ليكون على علاقة متناغمة مع من حوله **(Hass,1970,P15)**.

وتشير بوهنلين (Beohnlein) إلى أن التوافق هو المرونة في مقابلة الظروف المتغيرة وهو عملية مستمرة يتوافق بها الكائن الحي مع البيئة.

و يقوم مفهوم التوافق عند السلوكيين على اكتساب الفرد لمجموعة من العادات المناسبة والفعالة في معاملة الآخرين والتي سبق أن تعلمها الفرد وأدت إلى خفض التوتر عنده أو أشبعت دوافعه و حاجاته وبذلك دعمت وأصبحت سلوكا يستدعيه الفرد كلما وقف في ذلك الموقف مرة أخرى (**عن مصطفى،2010، ص92**).

بناء على ما سبق نستخلص أن الاتجاه السلوكي يرى أن السلوك التوافقي هو الذي أدى إلى خفض التوتر ويميل الفرد إلى تكراره في المواقف التالية عن طريق تعلمه، كما يرتبط أيضا تحقيق التوافق عند السلوكيين بالمسايرة الاجتماعية، فالفرد الذي يسلك سلوكا يتفق مع المعايير الاجتماعية يكون متوافقا.

10 – 4 النظرية الإنسانية:

ترى هذه النظرية أن الإنسان خير بطبعه ومطالبه تتفق مع مطالب المجتمع، وهو حر له إرادة في اختيار أفعاله التي يتوافق بها مع نفسه ومع مجتمعه، وعنده القدرة على تحمل مسؤولية هذا السلوك المقبول اجتماعيا، و يتوافق توافقا حسنا مع نفسه ومجتمعه ولا يتوافق توافقا سيئا إلا إذا تعرض لضغوط في بيئته، ومن أنصار هذا الاتجاه كارل روجرز ابراهام ماسلو و جوردن البورت.

وجهة نظر كارل روجرز:

لقد حدد ذات الإنسان في أنها المحرك الأساسي للسلوك لأنها حجر الزاوية في بناء شخصية الفرد، وتتكون الذات عنده من الذات الواقعية، الذات الاجتماعية، الذات المثالية فإذا ما اتفقت الذات الواقعية للفرد مع الذات الاجتماعية والذات المثالية فإنه يشعر بالتوافق مع نفسه ومع المجتمع الذي يعيش فيه، أما إذا كان هناك تنافر وعدم تطابق بين الذوات فإن سوء التوافق وعدم الاتزان هو الذي سيسود حياة الفرد.

كما يقرر روجرز أن الكائنات البشرية تجاهد لتحقيق الاتساق بين الخبرات وصورة الذات، فمن المحتمل أن الناس تسمح للمواقف التي تتفق مع مفهوم الذات بالدخول في الوعي، أما الخبرات الصراعية فهي عرضة لأن تمنع من الدخول في الشعور، ولمنع هذه الحوادث من الدخول يلجأ الأفراد سيئي التوافق للقيام بدفاعات صلبة.

فالتوافق يتحقق عندما يكون مفهوم الذات " صورة الذات " مكونة أو مشكلة بحيث يمكن دمج كل الخبرات الجسدية و الإدراكية و الحسية للفرد بصورة رمزية مع صورة الذات ضمن علاقة توافق، أي دمج أو إدخال كل خبرات الفرد مع مفهوم الذات، ويكون هناك سوء توافق عندما ينكر الفرد الخبرات أو لا يرمزها ضمن بنية الذات سواء كانت هذه الخبرات حسية آتية من طريق الحواس أو جسدية آتية من داخل الجسد **(حمادة،2004، ص22)**.

وجهة نظر ماسلو:

يشير ماسلو إلى أن التوافق مرتبط بتحقيق الذات وأن الكائن الحي ينشط ليحقق إشباعا لحاجاته، حيث يندفع الكائن الحي لإشباع الحاجات الأولية أو الفسيولوجية فإذا أشبعها اختفت من مجال دافعيته لتفسح المجال للمستوى الثاني من الدوافع، فإذا أشبع هذا المستوى أيضا اختفى وأفسح المجال للمستوى الثالث وهكذا ... ويرى ماسلو أن سلوك الإنسان محكوم بالدوافع غير المشبعة لأنها دوافع تظل تعمل وتوجه سلوك الفرد، فالفرد الذي يبحث عن التقدير والاحترام من الآخرين قد أشبع دافع الجوع ولو لم يشبع هذا الدافع ما فكر في التقدير والاحترام ولصرف همه إلى البحث عن الطعام أولا، كما يرى أيضا أن الشخص المتوافق يتصف بالتلقائية وتقبل الذات وإدراك الواقع والاستقلال والعلاقات القوية مع عدد مختار من الأصدقاء **(عن الجماعي، 2008، ص 8)**.

وجهة نظر جوردن ألبورت:

يرى ألبورت أن التوافق هو غاية كل كائن حي ويعد دافعا أساسيا للسلوك، بمعنى أن كل فرد يتوافق مع بيئته بطريقته الخاصة وبأسلوبه الشخصي، ويرتبط التوافق السوي بامتداد الذات ويعني ذلك أن حياة الفرد لا ينبغي لها أن تتقيد في نطاق تلك المجموعة من النشاطات التي ترتبط ارتباطا وثيقا بحاجاته وبواجباته المباشرة، وينبغي أن تكون إشباعاته وتوتراته أكثر ميلا إلى الكثرة والتعدد منها إلى القلة والنمطية، وهذا الامتداد للذات يتضمن إسقاطا على المستقبل في صورة تخطيط وآمال (**عن مصطفى،2010، ص 93).**

بناء على ما سبق يمكن القول أن التوافق حسب الاتجاه الإنساني يقوم علي تحقيق الفرد لذاته، وأن من أهم العوامل المرتبطة بالتوتر و سوء التوافق عدم القدرة على إشباع الحاجات الفسيولوجية كالطعام والشراب و الجنس والحاجات النفسية الاجتماعية كالتقبل والانتماء والأمن.

10 – 5 النظرية المعرفية:

يفترض هذا المنظور وجود نموذجين معرفيين:

النموذج الأول أسسه بيك ورفاقه ويرى أن سبب الاضطراب النفسي راجع للأفكار السالبة عن الذات والخبرات الراهنة والمستقبل، حيث يؤدي الإدراك السلبي لدى الفرد وتقييمه للموقف إلى المرض، و غالبا ما تكون الأفكار السالبة غير واقعية ومحرفة و غير منطقية، تتحرك عن طريق تفسير خبرات الفرد ضمن حدود الحرمان والنقص والانهزام.

أما النموذج الثاني أسسه سلينجمان ويسمى نموذج العجز المتعلم و قلة الحيلة، و يرى أن التعرض لأحداث خارج نطاق السيطرة و إدراكها في هذا الإطار ويؤدي إلى توقعات عن فقدان السيطرة على الأحداث التالية في المستقبل، فالمريض النفسي تعلم وأعتقد أنه لا يستطيع السيطرة على مهام حياته بالتخفيف من معاناته أو تحقيق إشباعاته. ومن الأحداث المعجلة الفشل الدراسي أو المهني مما يفقد المريض قوته ويجعله ضعيفا في قدراته فتتزايد لديه الأمراض النفسية والإحساس بالعجز بدرجة كبيرة، وأشار سيلجمان إلى الدلالات الإكلينيكية على الاضطراب الانفعالي حيث يتم في حالة العجز استنزاف كل النوربنفرين (Norepinephrin) في الدماغ (**عن عسكر، 1998، ص 74**).

ويرى لازاروس وفولكمان (Lazarus et Folkman) أن تقييم الفرد الأولي للموقف يحدد أساليبه في التوافق، حيث يتم تقييم الفرد للأحداث المسببة للضغط النفسي على أنها

مرهقة أو تفوق قدرته وتعرضه للخطر في إطار علاقته بالبيئة وتقييمه المعرفي للضغط، وتتولد نتيجة لذلك استجابات مختلفة انفعالية أو فسيولوجية تجاه الحدث الضاغط، فقد يدرك شخصان الحدث على أنه ضاغط لكن أحدهما يعتقد أن لديه مصادره وإمكانياته التي تساعده على التعامل معه، بينما لا يعتقد الشخص الأخر ذلك، طبقا لمصادر المواجهة الشخصية والمعرفية والاجتماعية والمادية لدى كل منهم (**عن حسين و آخرون،2008، ص 64**).

نستخلص أن سوء التوافق حسب الاتجاه المعرفي راجع إلى الأفكار السالبة عن الذات و التي عادة ما تكون غير منطقية وكذا إلى التقييمات الخاطئة لمواقف الحياة والتوقعات السلبية للأحداث المستقبلية.

نستخلص من عرض النظريات المختلفة التي تناولت مفهوم التوافق أن كل نظرية حاولت تفسير الاضطراب النفسي الذي يعد مؤشرا لعدم قدرة الفرد على تحقيق التوافق النفسي من زاوية خاصة و وفقا للأساس الذي اعتمدت عليه في بناء فكرتها حيث ركزت كل واحدة منها على جانب من جوانب حياة الإنسان وربطت بينه وبين الخلل النفسي، وبناء على الآراء المختلفة لتلك النظريات فإن مدى قدرة الفرد على التوافق النفسي تعود إلى مجموعة من العوامل المختلفة.

وترى الباحثة أن التفسيرات التي أوردتها كل نظرية من النظريات السابقة تعين في تقديم فهم جزئي لمشاكل التوافق النفسي بشكل عام، إلا أن الاعتماد على إحداها لا يعد كافيا لمعرفة الأسباب المؤثرة على مستوى التوافق النفسي لدى الفرد، لأنه من غير الممكن فصل جوانب حياة الإنسان عن بعضها البعض، فتأثير النواحي البيولوجية لا يستقل عن التأثير الاجتماعي أو النفسي وبالتالي من الضروري عند محاولة معرفة أسباب التوافق النفسي أو العوامل المؤدية إليه الاهتمام بكل وجهات النظر للحصول على فهم متجانس وكامل يساعد في تقديم خدمات أفضل.

خلاصة:

نستخلص من خلال عرض أهم النقاط الأساسية المتعلقة بمصطلح التوافق من حيث مفهومه ومستوياته و أبعاده ومؤشراته والعوامل المعنية عليه والمعيقة له ومعايير قياسه وكذا النظريات المفسرة له أن مفهوم التوافق من أكثر المفاهيم شيوعا في علم

النفس وأنه أحد المحاور الأساسية في علم الصحة النفسية وهو عملية تفاعل ديناميكي بين قطبين أساسيين هما الفرد نفسه والبيئة المادية والاجتماعية المحيطة به، فالتوافق يعني التغلب على الإحباطات وتحقيق الأهداف وإشباع الدوافع بطريقة يقبلها الآخرون وتقبلها القيم الاجتماعية من جانب، وتحقيق الانسجام بين الدوافع والحاجات والتحكم في الصراع النفسي من جانب آخر، وبالتالي الوصول إلى حالة الاتزان والشعور بالرضا.

الجانب التطبيقي

الفصل الخامس: منهج و إجراءات البحث

تمهيد

1 – منهج البحث

2 – مكان إجراء البحث

3 – العينة

4– أدوات البحث

5 – صدق و ثبات المقاييس في البيئة الجزائرية

6 – طريقة إجراء البحث

7 – المعالجة الإحصائية

تمهيد:

تحديد الإجراءات المنهجية خطوة مهمة في عملية البحث إذ تمثل المرجع و المرشد للباحث أثناء القيام بالبحث، حيث تسمح له بالتفكير في كل مظهر من مظاهر البحث، كما تحميه من نسيان بعض العناصر، إضافة إلى أن تحديد الإجراءات المنهجية يسهل عملية تقويم مشروع الدراسة سواءا من طرف الباحث أو الآخرين.

1- منهج البحث:

المنهج عبارة عن برنامج محدد يتبعه الباحث للكشف عن الحقيقة، مستندا في ذلك على مجموعة قواعد عامة تهيمن على سير العقل و تحدد عملياته حتى يصل إلى نتيجة معلومة **(ررواتي، 2007، ص 41)**

فالمنهج إذن هو مجموعة القواعد و التصورات و الخطط التي يتبعها الباحث و التي تنير له طريق البحث في موضوع من الموضوعات، بدءا من مرحلة اختيار موضوع البحث إلى كتابة مقدمة وإشكالية و فرضيات البحث واختيار الأدوات الملائمة و جمع المادة العلمية والميدانية و كيفية عرضها و تحليلها و تفسيرها وصولا إلى نتائج البحث. و مادام الموضوع الذي تم تناوله في هذا البحث هو قلق المستقبل وعلاقته بالتوافق النفسي لدى الفتاة العانس فإن المنهج المتبع هو المنهج الوصفي الارتباطي بما يشمل عليه هذا المنهج من خطوات علمية و منهجية تنطوي على وصف الظاهرة كما هي في الواقع وتحليلها كما و كيفا و دراسة العلاقات بين متغيراتها و تفسيرها دون إحداث تغيرات فيها.

2- مكان إجراء البحث:

تم البحث الحالي في بعض مناطق ولاية تيزي وزو و بالضبط في مناطق افرحونان، واسيف، بني دوالة، بني يني، إضافة إلى مستشفى ندير محمد، مقر جمعية علم النفس لولاية تيزي وزو، متوسطة عميود إسماعيل، ورشة خياطة، و شركة تأمين.

3- عينة البحث:

العينة جزء من مجتمع الدراسة الذي تُجمع منه البيانات الميدانية، و هي تعتبر جزءا من الكل، بمعنى أنه تؤخذ مجموعة من أفراد المجتمع على أن تكون ممثلة لمجتمع البحث ثم

تعمم نتائج الدراسة على المجتمع كله. و يستخدم أسلوب البحث بالعينة عند استحالة دراسة جميع أفراد المجتمع لظرف من الظروف **(المرجع السابق، ص334)**.

و لقد اعتمدت الباحثة في اختيار عينة البحث الحالي على أسلوب العينة المقصودة، وهي عينة يتم اختيارها بأسلوب غير عشوائي. و يعرف عبيدات و آخرون 1999 العينة المقصودة بأنها:" الطريقة التي يتم انتقاء أفرادها بشكل مقصود من قبل الباحث نظرا لتوفر بعض الخصائص في أولئك الأفراد دون غيرهم، و لكون تلك الخصائص هي من الأمور الهامة بالنسبة للدراسة، كما يتم اللجوء لهذا النوع من العينة في حالة توفر البيانات اللازمة للدراسة لدى فئة محددة من مجتمع الدراسة الأصلي، و هي عينة ملائمة لأنه يعطي لعناصر مجتمع الدراسة الأصلي حرية المشاركة في البحث، حيث يتم الاختيار بناء على أول مجموعة يقابلها الباحث وتوافق على المشاركة في الدراسة و يختار منها عدد مفردات العينة المطلوبة، و لكن بشروط محددة تضمن تمثيلا معقولا لمجتمع البحث، و يتميز هذا النوع من العينة بالسهولة في اختيارها و انخفاض التكلفة و الوقت و الجهد المبذول من طرف الباحث، كما يتميز بسرعة الوصول لأفراد الدراسة و الحصول على النتائج " **(عبيدات و آخرون، 1999، ص 95- 96)**.

3-1 حجم العينة:

شملت عينة الدراسة الحالية على 103 فتاة عازبة، تراوحت أعمارهن من 30 سنة فما فوق.

3-2 خصائص العينة:

***السن:** تراوح سن أفراد العينة بين 30 سنة فما فوق، وقد تم تحديد هذه السن بالذات بالاعتماد على الدراسات الاجتماعية التي أجريت في هذا الصدد و التي وجدت أن الفتاة في الجزائر تعتبر عانسا إذا بلغت ثلاثين سنة و لم تتزوج.

و الجدول التالي يوضح توزيع أفراد العينة حسب السن وفقا لثلاث فئات

جدول رقم (2): توزيع أفراد عينة البحث حسب السن.

الفئة	[30 - 35]	[35 - 40]	[40 - فما فوق	المجموع
العدد	50	29	24	103
النسبة المئوية	48 .5%	28 .2%	23.3%	100%

يوضح الجدول أعلاه أن غالبية أفراد العينة يتمركزون في الفئة العمرية بين 30 و35 سنة وذلك بنسبة 48.5 % ثم تليها فئة 35 – 40 سنة بنسبة 28.2 % و أخيرا فئة 40 سنة فما فوق بنسبة 23.3 % .

***المستوى التعليمي:** يوضح الجدول التالي توزيع أفراد العينة حسب المستوى التعليمي.

جدول رقم (3): توزيع أفراد عينة البحث حسب المستوى التعليمي.

المستوى التعليمي	أمي	ابتدائي	متوسط	ثانوي	جامعي	المجموع
العدد	16	16	19	29	23	103
النسبة المئوية	15.5%	15.5%	4.81%	28.2%	22.4%	100%

يبين الجدول أعلاه أن غالبية أفراد العينة من المستوى التعليمي الثانوي بنسبة 28.2 % تليها نسبة 22.4% من المستوى التعليمي الجامعي، ثم تليها نسبة 18.4% من المستوى التعليمي المتوسط ، في حين قدرت نسبة الأميين ب 15.5 % ، بينما بلغت نسبة الأفراد من ذوي المستوى الابتدائي 15.5% .

* **الوضعية المهنية:**

يوضح الجدول الآتي توزيع أفراد العينة حسب الوضعية المهنية.

جدول رقم (4): توزيع أفراد عينة البحث حسب الوضعية المهنية.

الوضعية	عاملة	غير عاملة	المجموع

المهنة			
العدد	47	56	103
النسبة المئوية	%45.6	% 54.4	%100

تبين الأرقام الموضحة في الجدول أعلاه أن نسبة العاملات في مهن مختلفة (مهندسة، طبيبة، أخصائية نفسانية، أستاذة، موظفة، مراقبة تربوية، خياطة،عاملة نظافة...الخ) تقدر ب %45.6 في حين قدرت نسبة غير العاملات ب %54.4 .

4- أدوات البحث:

ممّا لا شك فيه أن الأداة التي يستخدمها الباحث في أية دراسة ترتبط ارتباطا وثيقا بالهدف المرجو من هذه الدراسة، إذ أن نتائج البحث تتوقف على الاختيار السليم للأداة ومدى قدرتها على قياس الظاهرة محل الدراسة.

و لقد تم الاعتماد في الدراسة الحالية على مجموعة من وسائل القياس بهدف جمع معلومات و بيانات عن أفراد العينة و من هذه الأدوات استبيان لجمع البيانات الشخصية إضافة إلى مقياسين هما مقياس قلق المستقبل و مقياس التوافق النفسي.

4-1 الاستبيان:

صممت الباحثة استبيان يتكون من أسئلة نصف مغلقة حيث يتعين على المجيبة اختيار إجاباتها من عدة إجابات مقترحة مع ترك الحرية لها في إضافة إجابة أخرى. و قد شمل الاستبيان على عدة محاور أهمها محور البيانات الشخصية و محور الاختيار للزواج ومحور أسباب العنوسة و أخيرا محور الحلول المقترحة لعلاج ظاهرة العنوسة، هذا وتسمح لنا بيانات هذا الاستبيان في التعرف على العينة و خصائصها من جهة و تفسير ومناقشة نتائج البحث من جهة أخرى.

4-2 مقياس قلق المستقبل:

4-2-1 خطوات إعداد المقياس:

صمم هذا المقياس من طرف الدكتورة زينب محمود شقير سنة 2005 و قد اتبعت الخطوات التالية في إعداده:

- اطلعت المؤلفة على الأدبيات و التراث السيكولوجي و الاجتماعي لقلق المستقبل لتحديد مفهوم دقيق له.
- راجعت ما توصلت إليه من دراسات عربية و أجنبية اهتمت بقلق المستقبل و توصلت لمجموعة من البنود المتعلقة بالمفهوم الدقيق لقلق المستقبل
- أعدت المؤلفة استبيان مفتوح تم فيه توجيه أسئلة على النحو التالي:

ماذا تعني كلمة المستقبل من وجهة نظرك؟

عبر برأيك عن صورة المستقبل؟

- تم عرض الاستبيان المفتوح على 200 طالب و طالبة
- راجعت المؤلفة إجابات الطلاب و طابقت بينها و بين مجموعة البنود التي سبق لها إعدادها من التراث الأدبي لقلق المستقبل و توصلت إلى 42 بندا.
- تم عرض قائمة البنود على 10 أساتذة في علم النفس و الصحة النفسية و تم استبعاد 14 بندا لم تحظ بالاتفاق بين السادة المحكمين ليصبح المقياس في صورته النهائية يحتوي على 28 بندا.
- تم تحليل بنود المقياس إلى مجموعة من المحاور الرئيسية التي تركز على جوانب قلق المستقبل و توصلت الباحثة إلى وجود خمسة محاور هي على النحو التالي:

جدول رقم (5): جدول يوضح محاور مقياس قلق المستقبل و عبارات كل محور

المحاور	أرقام العبارات
1- القلق المتعلق بالمشكلات الحياتية المستقبلية	17 – 20 – 21 – 22 – 24
2- قلق الصحة و قلق الموت	10 – 18 – 19 – 25 – 26
3- القلق الذهني (قلق التفكير في المستقبل)	3 – 6 – 11 – 13 – 14 – 23 – 28

4- اليأس في المستقبل	4 – 7 – 8 – 9 – 12 – 16
5- الخوف و القلق من الفشل في المستقبل	1 – 2 – 5 – 15 – 27

4-2-2 تطبيق المقياس:

يطلب من المفحوص أن يقوم بالإجابة على بنود المقياس بإعطاء تقدير دقيق يعبر عن رأيه الشخصي في المستقبل و ذلك على مقياس متدرج من معترض بشدة (لا)، معترض أحيانا (قليلا)، بدرجة متوسطة، عادة (كثيرا)، دائما (تماما)، و موضوع أمام هذه التقديرات خمس درجات هي 0،1،2،3،4 على الترتيب وذلك عندما يكون اتجاه البنود نحو قلق المستقبل سلبي، بينما تكون هذه التقديرات في اتجاه عكسي (4،3،2،1،0) عندما يكون اتجاه البنود نحو قلق المستقبل ايجابي، وبذلك تشير الدرجة المرتفعة على المقياس إلى ارتفاع قلق المستقبل لدى الفرد.

4-2-3 تصحيح المقياس:

يشمل مقياس قلق المستقبل على 28 بندا تقدر مستوى قلق المستقبل لدى الفرد، حيث تتراوح الدرجة الكلية ما بين 0 و 112 درجة و يتم تحديد المستويات وفقا للجدول التالي:

جدول رقم (6): مفتاح التصحيح و مستويات قلق المستقبل

أرقام البنود	اتجاه البنود	مستويات قلق المستقبل	
من 1 - 10	4-3-2-1-0	قلق مستقبل مرتفع جدا	من 91-112 درجة
		قلق مستقبل مرتفع	من 68-90 درجة
من 11- 28	0-1-2-3-4	قلق مستقبل معتدل (متوسط)	من 45-67 درجة
		قلق مستقبل بسيط	من 22-44 درجة
		قلق مستقبل منخفض	من صفر-21 درجة
		الدرجة الكلية لقلق المستقبل	صفر-112 درجة

4-2-4 تقنين المقياس:

اشتملت عينة التقنين على 720 فرد منهم 360 ذكور و 360 إناث

4-2-4-1 صدق المقياس:

تم حساب صدق المقياس من طرف الباحثة زينب شقير بالطرق التالية:

***الصدق الظاهري:**

تم عرض المقياس خلال فترة إعداده على مجموعة من المتخصصين في مجال الصحة النفسية و الإرشاد النفسي كما سبق عرضه.

***صدق المحك:**

تم تطبيق المقياس على عينة قوامها 120 طالب وطالبة (ضمن عينة التقنين)، كما تم تطبيق مقياس القلق من إعداد غريب عبد الفتاح على ذات العينة، و كان معامل الارتباط بين درجات المقياسين 0.87، 0.83، 0.84 لكل من عينة الذكور، عينة الإناث، العينة الكلية على التوالي و هو ارتباط دال و مرتفع مما يضمن صلاحية المقياس للاستخدام.

*** الصدق التكويني:**

تم تطبيق المقياس على عينة تقدر ب 200 طالب و طالبة وبعدها تم حساب ارتباط كل بند بالدرجة الكلية للمقياس، وقد تراوحت معاملات الارتباط بين 0.51 و0.91 و جميعها دالة عند مستوى الدلالة 0.01 .

*** طريقة الاتساق الداخلي:**

تم إيجاد معاملات الارتباط بين محاور المقياس الخمسة بعضها البعض وكذا معامل الارتباط بين كل محور و الدرجة الكلية للمقياس لعينة قوامها 200 طالب، وقد تراوحت معاملات الارتباط بين 0.67 و 0.93 و جميعها موجبة و دالة عند مستوى 0.01 .

*** صدق التمييز:**

تم تطبيق المقياس على مجموعات ثنائية مختلفة هي مجموعة ذكور / إناث، مرضى السرطان/ أسوياء، متزوجين / غير متزوجين، و قد كانت قيم (ت) جميعها دالة عند 0.01 مما يدل أن هناك فروقا ذات دلالة إحصائية بين المجموعات الثنائية المختلفة، وبالتالي فإن المقياس لديه قدرة على التمييز بين فئات مختلفة.

4-2-4-2 ثبات المقياس:

تم حساب الثبات من طرف الباحثة زينب شقير بعدة طرق هي:

*** طريقة إعادة التطبيق:**

تم تطبيق المقياس على عينة من الجنسين بلغ عددها 80 فردا من كل جنس مرتين متتاليتين بفاصل زمني مدته شهر واحد، وقد بلغ معامل الارتباط بين التطبيقين ب 0.84 ، 0.83 ، 0.81 لكل من عينة الذكور ، الإناث، و العينة الكلية على التوالي.

*** طريقة ثبات الاتساق:**

تم حسابه بطريقتين:

أ- استخدمت معادلة سبيرمان براون للتجزئة النصفية بين البنود الفردية و الزوجية لعينة مقدارها 160 طالبا من الجنسين، و قد قدر معامل الارتباط بين البنود الفردية و البنود الزوجية ب 0.81 في حين بلغ معامل الثبات 0.89 و هو معامل مرتفع و دال عند مستوى 0.01 مما يطمئن على استخدام المقياس.

ب- تم تقسيم المقياس إلى مجموعتين من البنود حيث ضمت المجموعة الأولى البنود من 1 إلى 14 و ضمت المجموعة الثانية البنود من15 إلى 28 وتم إيجاد معامل الارتباط بين المجموعتين حيث قدر ب 0.81 و هو معامل ارتباط مرتفع و دال عند مستوى 0.01 .

*** طريقة كرونباخ (معامل ألفا):**

تم تطبيق المقياس على عينة قوامها 200 طالب منهم 100 ذكور و 100 إناث وبعدها تم حساب معامل ألفا، فكانت معاملات الثبات مرتفعة حيث قدرت ب 0.88 ، 0.91 ، 0.92 بالنسبة لعينة الذكور و الإناث و العينة الكلية على التوالي.

4-2-4-3 المعايير:

تم حساب المعايير لعينة التقنين الكلية و التي بلغ عددها 720 فرد مناصفة بين الذكور والإناث، حيث تم استخراج الدرجة التائية المقابلة للدرجات الخام لدى كل عينة على حدة وهذا الإجراء يمكن من تفسير الدرجة على المقياس بصورة دقيقة.

4-3 مقياس التوافق النفسي:

4-3-1 وصف المقياس:

صمم هذا المقياس من طرف زينب محمود شقير سنة 2003، وفي سبيل إعداده قامت المؤلفة بالاطلاع على التراث الثقافي و الدراسات السابقة و كذا على بعض المفاهيم النظرية للتوافق النفسي و أبعاده المختلفة، كما اطلعت على بعض مقاييس التوافق النفسي مثل مقياس كاليفورنيا للشخصية و مقياس التوافق إعداد عبد الوهاب كامل ومقياس التوافق النفسي من إعداد وليد القفاص....الخ وهي مقاييس أجريت على فئة العاديين من الناس، إلى أن توصلت المؤلفة إلى أربعة أبعاد أساسية للتوافق تتمثل في المحاور التالية:

- التوافق الشخصي و الانفعالي (وقد رأت المؤلفة ضم هذين البعدين معا لارتباطهما الوثيق ببعض).
- التوافق الصحي و الجسمي.
- التوافق الأسري.
- التوافق الاجتماعي.

و تم التوصل إلى 30 فقرة يبرز من خلالها التوافق لدى الفرد و التي انتهت إلى عشرون فقرة لكل بعد من أبعاد المقياس الفرعية و ذلك بعد الانتهاء من التقنين الخاص بالمقياس، وبذلك أصبح عدد فقرات المقياس الكلية 80 فقرة مقسمة إلى 20 فقرة لكل بعد فرعي على حدة. هذا و يمكن تطبيق المقياس على الجنسين من مختلف الأعمار إبتداءا من نهاية مرحلة الطفولة المتأخرة إلى كبار السن.

4-3-2 تطبيق المقياس:

يطلب من المفحوص الإجابة على عبارات المقياس بإعطاء تقدير دقيق و ذلك على مقياس متدرج من موافق (نعم)، محايد (أحيانا)، معارض (لا)، و موضوع أمام هذه التقديرات ثلاث درجات هي 2،1،0 على الترتيب و ذلك عندما يكون اتجاه التوافق إيجابيا، بينما تكون هذه التقديرات الثلاث في اتجاه عكسي 0،1،2 عندما ينخفض التقدير للتوافق.

4-3-3 تصحيح المقياس:

تتراوح الدرجة الكلية للمقياس ما بين 0 و 160 درجة، حيث تشير الدرجة المرتفعة إلى ارتفاع درجة التوافق النفسي وكذا أبعاده الأربعة وهذا ما يوضحه الجدول التالي:

جدول رقم (7): جدول يوضح فقرات و أبعاد مقياس التوافق النفسي و كيفية التصحيح

محاور المقياس	أرقام فقرات كل محور	اتجاه التصحيح	الدرجة الكلية	مستويات التوافق للمقاييس الفرعية الأربعة:
المحور الأول: التوافق الشخصي والانفعالي	الفقرات الموجبة: من 1 – 14 الفقرات السالبة: من 15 – 20	2–1– صفر صفر –1 – 2	من صفر– 40	من صفر– 10 سوء توافق
المحور الثاني: التوافق الصحي/الجسمي	الفقرات الموجبة: من 21 – 28 الفقرات السالبة: من 29 – 40	2 –1 – صفر صفر–1 – 2	من صفر – 40	من 11 – 20
المحور الثالث: التوافق الأسري	الفقرات الموجبة: من 41– 55 الفقرات السالبة من:56 – 60	2 – 1 – صفر صفر – 1 – 2	من صفر – 40	توافق منخفض من 21 – 30
المحور الرابع: التوافق الاجتماعي	الفقرات الموجبة من 61 – 74	2 – 1 – صفر	من صفر – 40	توافق متوسط

	الفقرات السالبة من 75 – 80	صفر – 1 – 2		من 31 – 40 توافق مرتفع
التوافق النفسي العام	مجموع العبارات الكلية للمقياس 80 عبارة.		من صفر – 160	من صفر – 40 سوء التوافق من 41 – 80 توافق منخفض من 81 – 120 توافق متوسط من 121 – 160 توافق مرتفع

4-3-4 تقنين المقياس:

اشتملت عينة التقنين على 400 فرد منهم طلاب، معلمين، وموظفين في قطاعات مختلفة، هذا و قد تراوح العمر الزمني للعينة مابين 14 و 51 سنة.

4-3-4-1 صدق المقياس:

تم حساب صدق المقياس من طرف الباحثة زينب شقير بالطرق التالية:

*** الصدق الظاهري:**

حيث تم عرض المقياس خلال مرحلة إعداده على ثمانية محكمين من أساتذة علم النفس والصحة النفسية، وقد وافق المحكمون على محاور المقياس لكنهم نصحوا بإعادة صياغة بعض فقراته إضافة إلى حذف البعض منها من كل بعد حتى صبح المقياس في شكله النهائي.

*** صدق التكوين:**

تم حساب الارتباطات الداخلية للأبعاد الأربعة للمقياس كما تم إيجاد الارتباطات بين كل بعد و الدرجة الكلية للمقياس و ذلك للعينة الكلية، و قد تراوحت معاملات الارتباط بين 0.64 و 0.93 و جميعها ذات دلالة موجبة عند 0.01.

كما تم حساب صدق التكوين بحساب معامل الارتباط بين كل فقرة و الدرجة الكلية للمقياس لعينة من الجنسين بلغ عددها 200 فرد، و قد تراوحت معاملات الارتباط بين 0.3 و 0.97 و جميعها ذات دلالة عند مستوى 0.01

*** صدق التمييز:**

طبق المقياس على عينة قواها 200 فرد مناصفة بين الذكور و الإناث تم اختيارهم عشوائيا من العينة الكلية، و قد جاءت كل قيم (ت) دالة عند مستوى 0.01 ، و بذلك تمكن المقياس من التمييز بين عينتي الذكور و الإناث مما يطمئن على صلاحيته.

*** صدق المحك:**

تم تطبيق مقياس الشخصية للمرحلة الإعدادية و الثانوية من إعداد عطية هنا على عينة قوامها 200 فرد مناصفة بين الذكور و الإناث و بإيجاد معامل الارتباط بين مجموعتي التقنين على المقياسين قدر معامل الارتباط 0.82 ، 0.93 لعينتي الذكور و الإناث على التوالي و كلاهما معامل موجب و دال عند 0.01 مما يؤكد كفاءة المقياس.

4-3-4-2 ثبات المقياس:

تم حساب ثبات المقياس من طرف الباحثة زينب شقير بالطرق التالية:

* **طريقة إعادة التطبيق:**

تم تطبيق المقياس على عينة قوامها 200 فرد مرتين متتاليتين بلغ الفاصل الزمني بينهما أسبوعين و قد قدر معامل الارتباط بين التطبيقين 0.75 .

* **طريقة التجزئة النصفية:**

استخدمت معادلة سبيرمان براون للتجزئة النصفية بين الفقرات الزوجية و الفردية لعينة مكونة من 200 فرد، و قد بلغ معامل الارتباط بين الفقرات الفردية و الزوجية 0.87 أما معامل الثبات فقدرب 0.93 و هو معامل ثبات مرتفع.

* **طريقة معامل ألفا كرونباخ:**

تم حساب معامل ألفا باستخدام معادلة ألفا لعينة عشوائية مكونة من 200فرد مناصفة بين الجنسين و قد تراوحت معاملات الثبات بالنسبة لجميع الأبعاد و كذلك بالنسبة للدرجة الكلية بين 0.53 و 0.72 و جميعها معاملات موجبة و دالة عند مستوى 0.01.

5- صدق و ثبات المقياسين في البيئة الجزائرية:

5-1 مقياس قلق المستقبل:

5-1-1 الصدق:

تم حساب صدق المقياس من طرف الباحثة الحالية بطريقة الاتساق الداخلي، حيث طبق مقياس قلق المستقبل على عينة قوامها 50 فتاة، و بعدها تم حساب الارتباطات الداخلية للمحاور الخمسة التي يتضمنها المقياس إضافة إلى حساب معاملات الارتباط بين كل بعد والدرجة الكلية للمقياس كما هو موضح في الجدول التالي:

جدول رقم (8): الارتباطات الداخلية لمقياس قلق المستقبل

المحور	محور (1)	محور (2)	محور (3)	محور (4)	محور (5)	الدرجة الكلية
1- المشكلات		**0.62** **	**0.50** **	**0.38** **	**0.29** *	**0.74** **

الحياتية المستقبلية	–					
2- قلق الصحة و قلق الموت		–	**0.42	**0.51	**0.43	**0.76
3- القلق الذهني			–	**0.58	**0.58	**0.80
4 – اليأس من المستقبل				–	**0.67	**0.81
5- الخوف و القلق من المستقبل					–	**0.74
6- الدرجة الكلية						–

** دال عند مستوى الدلالة 0.01

* دال عند مستوى الدلالة 0.05

يتضح من الجدول السابق ارتفاع معاملات الارتباط بين الدرجة الكلية و كل محور من المحاور الخمسة للمقياس و جميعها موجبة و دالة عند مستوى 0.01، في حين تراوحت معاملات الارتباط فيما بين المحاور الخمسة بين 0.29 و 0.67 و جميعها موجبة ودالة عند مستوى 0.01 باستثناء معامل الارتباط بين المحور الأول (قلق المشكلات الحياتية

المستقبلية) و المحور الخامس (الخوف و القلق من المستقبل) الذي كان دالا عند مستوى 0.05 .

5-1-2 ثبات المقياس:

تم حساب الثبات من طرف الباحثة الحالية بطريقة التجزئة النصفية، حيث طبق المقياس على عينة قوامها 50 فتاة، و قد قدر معامل الارتباط بين البنود الفردية و الزوجية 0.85 وهو معامل ارتباط مرتفع و دال عند 0.01 ، و بإجراء معادلة التصحيح لسبيرمان براون **2r/r+1** بلغ معامل الثبات 0.92 وهو معامل ثبات مرتفع مما يطمئن على استخدام المقياس.

5-2- مقياس التوافق النفسي:

5-2-1- الصدق:

تم حساب الصدق من طرف الباحثة الحالية بطريقة الاتساق الداخلي، حيث تم إيجاد معاملات الارتباط فيما بين المحاور الأربعة للمقياس و كذا بين كل محور والدرجة الكلية لعينة قدرت ب 50 فتاة كما هو موضح في الجدول التالي:

جدول رقم (9): الارتباطات الداخلية لمقياس التوافق النفسي.

المحاور	التوافق الشخصي	التوافق الصحي	التوافق الأسري	التوافق الاجتماعي	التوافق النفسي العام
التوافق الشخصي	-	**0.63	**0.65	**0.66	**0.89
التوافق		-	**0.42	*0.29	**0.76

الصحي					
التوافق الأسري			-	**0.43	**0.82
التوافق الاجتماعي				-	**0.66
التوافق النفسي العام					-

** دال عند مستوى 0.01

*دال عند مستوى 0.05

يتضح من الجدول السابق ارتفاع معاملات الارتباط بين الدرجة الكلية و كل محور من المحاور الأربعة للمقياس و جميعها موجبة و دالة عند مستوى 0.01، في حين تراوحت معاملات الارتباط فيما بين المحاور الأربعة بين 0.29 و 0.66 و جميعها موجبة ودالة عند مستوى 0.01 باستثناء معامل الارتباط بين المحور الثاني (التوافق الصحي) و المحور الرابع (التوافق الاجتماعي) الذي كان دالا عند مستوى 0.05.

5-2-2 الثبات:

استخدمت معادلة سبيرمان براون للتجزئة النصفية بين البنود الفردية و الزوجية للمقياس لعينة قوامها 50 فتاة، وقد قدر معامل الارتباط 0.88 و هو معامل ارتباط مرتفع و دال عند مستوى0.01، في حين بلغ معامل الثبات 0.93 و هو معامل ثبات مرتفع مما يطمئن على استخدام المقياس.

6- طريقة إجراء البحث:

في البداية تم توزيع المقاييس على نحو 60 فتاة دون الالتزام بشرط السن مع تغيير في عنوان المذكرة نظرا لحساسية الموضوع، حيث بدلا من " قلق المستقبل و علاقته بالتوافق النفسي لدى الفتاة العانس" وضع عنوان آخر هو:" نظرة الفتاة الجزائرية للزواج"، لكن بعد استرجاع المقاييس اضطررنا إلى التخلي عن الكثير منها إما لعدم توفر شرط السن أو لعدم اكتمال الإجابة على المقاييس، إضافة إلى أن العديد من الفتيات و بعد الاطلاع على أسئلة

المقاييس رفضن الإجابة عليها بحجة أن الأسئلة شخصية جدا، و لهذا لجأت الباحثة إلى التطبيق الفردي للمقاييس حتى تحصلت على عينة تقدر ب 103 فتاة.

7– المعالجة الإحصائية:

في ضوء أهداف الدراسة وفروضها، ومنهجها وبعد جمع البيانات تمت معالجتها باستخدام برنامج الحزم الإحصائية spss بالاعتماد على الأساليب الاحصائية التالية:

–المتوسط الحسابي.

–الانحراف المعياري.

– إختبار T

– تحليل التباين الأحادي.

–معامل الارتباط بيرسون.

الفصل السادس: عرض و مناقشة نتائج البحث

تمهيد

1 – عرض و مناقشة نتائج الفرضية الأولى

2 - عرض و مناقشة نتائج الفرضية الثانية

3 - عرض و مناقشة نتائج الفرضية الثالثة

4 - عرض و مناقشة نتائج الفرضية الرابعة

5 - عرض و مناقشة نتائج الفرضية الخامسة

6 - عرض و مناقشة نتائج الفرضية السادسة

7 - عرض و مناقشة نتائج الفرضية السابعة

8 - عرض و مناقشة نتائج الفرضية الثامنة

9 - عرض و مناقشة نتائج الفرضية التاسعة

10 – الاستنتاج العام

تمهيد:

سيتم التطرق في هذا الفصل إلى عرض النتائج المتحصل عليها من الدراسة الميدانية وتحليلها و ذلك سعيا للإجابة عن التساؤلات التي تم طرحها و كذا تأكيد فروض الدراسة أو نفيها و من ثمة مناقشتها في ضوء الإطار النظري و الدراسات السابقة، و ذلك على النحو التالي:

1 – عرض نتائج الفرضية الأولى:

ينص الفرض الأول للبحث الحالي على ما يلي: مستوى قلق المستقبل لدى الفتاة العانس مرتفع.

و للتأكد من صحة هذا الفرض تمت مقارنة المتوسط الحسابي المتحصل عليه من خلال تطبيق مقياس قلق المستقبل بالمتوسط الفرضي للمقياس (أعلى درجة للمقياس هي 112، والمتوسط الفرضي هي 112 ÷ 2 = 56)، و لمعرفة دلالة الفرق بين المتوسط المحقق والمتوسط الفرضي تم استخدام الاختبار التائي لعينة واحدة، حيث أن هذا الاختبار يستخدم لفحص ما إذا كان متوسط متغير ما لعينة واحدة يساوي قيمة ثابتة (و القيمة الثابتة هنا هي المتوسط الفرضي للمقياس).

و الجدول التالي يوضح النتائج المتحصل عليها:

جدول رقم (10): نتائج اختبار (ت) للعينة الواحدة.

المتغير	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الفرضي للمقياس	القيمة التائية (ت)	الدلالة الإحصائية
قلق المستقبل	103	44.59	20.43	56	5.67–	غير دال عند 0.01

نلاحظ من الجدول رقم (10) عدم وجود فروق بين متوسط أفراد العينة على مقياس قلق المستقبل و المتوسط الفرضي للمقياس حيث بلغت قيمة (ت) (–5.67) و هي ليست ذات دلالة إحصائية عند مستوى 0.01 مما يعني أن مستوى قلق المستقبل لدى أفراد العينة متوسط و ليس مرتفع.

و تفسر الباحثة هذه النتيجة بالتغير الاجتماعي الذي عرفه المجتمع الجزائري و خاصة في نظرته للمرأة، فبعدما كان حصول المرأة على مكانة مرموقة في المجتمع مرتبط ارتباطا وثيقا بقيامها بدورها كزوجة و أم، و عدم قيامها بهذا الدور كان يعرضها للكثير من المضايقات و الضغوطات الأسرية و الاجتماعية و التي غالبا ما كانت تؤدي بها إلى الإصابة بمختلف الاضطرابات النفسية و لاسيما القلق، أصبح اليوم بإمكانها الحصول على هذه المكانة من خلال عوامل أخرى كالتعليم و العمل و المشاركة في النشاطات الاجتماعية و الثقافية و حتى السياسية و الرياضية، و بالتالي لم تعد الفتاة مضطرة للزواج كي تكسب احترام المجتمع لها، يضاف إلى ذلك التغير الذي مس نظام الزواج في المجتمع الجزائري ولاسيما تراجع السلطة الوالدية في عملية الاختيار للزواج، حيث أن الفتاة بحكم تعلمها

وخروجها للعمل وانخراطها في نشاطات المجتمع المختلفة، أصبحت لها الحرية في اتخاذ قراراتها بنفسها وخاصة قرار الزواج بقبوله أو رفضه، والذي لم تكن لها سابقا الحرية حتى في إبداء رأيها فيه وهذا ما تؤكده الدكتورة سناء الخولي بقولها:" إن عمل المرأة أثر على وضعها في المجتمع حيث أعطاها قسطا من الاستقلالية والحرية لم تكن تتمتع به من قبل، الأمر الذي جعل حقوقها وامتيازاتها تمتد إلى مجالات عديدة كالتعليم والأنشطة الرياضية، ويتزايد حقها في أن تتزوج أو تبقى دون زواج". هذه الحرية التي تحصلت عليها الفتاة فيما يخص قرار الزواج نتجت عنها مبالغتها في عملية الاختيار، وهذا ما لمسناه في الدراسة الحالية حيث نجد أن 82% من المبحوثات قد تمت خطبتهن سابقا وكان الرفض في 79% من الحالات من قبل الفتاة، وكان سبب الرفض في 50% من الحالات بسبب عدم توفر المقاييس المناسبة في الخاطب، يليه مواصلة التعليم بنسبة 20% ثم الخوف من الابتعاد عن العائلة بنسبة 9% وعدم الثقة في الرجال بنسبة 6% ، الخوف من الفشل في الزواج بنسبة 5% ، تجارب عاطفية سابقة فاشلة بنسبة 4%، ارتباط عاطفي مع شاب 3%، الخوف من فقدان الوظيفة 2% وفقدان العذرية 1%.

هذه المعطيات تشير إلى أن عنوسة معظم أفراد العينة هي عنوسة اختيارية وليست إجبارية مفروضة عليهن من قبل المجتمع. وهذا ما يفسر عدم ارتفاع قلق المستقبل لديهن، فبمجرد أن تخطب الفتاة فإنها تشعر بأنها مطلوبة ومرغوب فيها وأنها ليست منبوذة، الأمر الذي يشعرها بالطمأنينة والأمان، وبالتالي عدم الشعور بالقلق اتجاه المستقبل، وهذا ما يبدو جليا في استجابات أفراد العينة للحلول المقترحة لعلاج ظاهرة العنوسة حيث أن أغلب الفتيات قد رفضن تلك المقترحات وخاصة التي تشكل تنازلات اجتماعية ونفسية، كالمقترحات المتعلقة بتعدد الزوجات وفارق السن وعدم توفر المقاييس المناسبة وكذا الزواج عن طريق الجرائد والأنترنيت إذ أن أكثر من 95% من الفتيات قد رفضن هذه المقترحات، وهذا ما يشير إلى أن أزمة العنوسة عند عينة البحث لم تكن كافية لكي تدفعها إلى التخلي أو التنازل عن مجموع قناعاتها وتصوراتها وطموحاتها الزواجية والأسرية.

كذلك فإن ارتباط الفتاة بعلاقة عاطفية مع شاب يعطيها الأمل في الخروج من حالة العنوسة ودخول قفص الزوجية حيث نجد أن 46% من المبحوثات لديهن علاقة عاطفية مع شاب، وبالتالي فإن استمرار الطموح الزواجي لدى الفتاة يحميها من الاضطرابات النفسية التي من بينها قلق المستقبل.

2 – عرض نتائج الفرضية الثانية:

ينص الفرض الثاني للبحث على أنه :" توجد فروق دالة إحصائيا في درجة قلق المستقبل لدى الفتيات العوانس وفقا لمتغير السن.

و لغرض اختبار صحة هذا الفرض قامت الباحثة بحساب المتوسط الحسابي و الانحراف المعياري لمجموع درجات قلق المستقبل حسب متغير السن.

وفيما يلي عرض للنتائج التي أسفرت عنها المعالجة الإحصائية:

جدول رقم (11): المتوسط الحسابي و الانحراف المعياري لدرجات قلق المستقبل حسب متغير السن.

المتغير	الفئات العمرية	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري

قلق المستقبل	]30 – 35 [	50	50.58	18.63
	]35 – 40 [	29	49.10	18.98
	]40- فأكثر[	24	26.66	15.29

يتضح من خلال الجدول رقم (11) وجود فروق مشاهدة بين المتوسطات الحسابية، حيث سجل أعلى متوسط لدى الفئة العمرية [30 سنة – 35 سنة [ب (50.58) و بلغ متوسط الفئة العمرية [35 سنة – 40 سنة[(49.10)، في حين قدر متوسط الفئة [40 سنة – فأكثر (26.66).

و لتحديد مدى دلالة هذه الفروق استخدمت الباحثة اختبار تحليل التباين الأحادي (F)، وتحصلنا على النتائج التالية:

جدول رقم (12): نتائج اختبار تحليل التباين الأحادي للفروق بين متوسطات درجات الفتيات العوانس في قلق المستقبل وفقا لمتغير السن.

مصدر التباين	مجموع المربعات	درجة الحرية	متوسط المربعات	القيمة الفائية (ف)	الدلالة الإحصائية المحسوبة
بين المجموعات	10094.671	2	5047.335	15.537	0.00 دالة
داخل المجموعات	32486.203	100	324.862		
المجموع الكلي	42580.874	102			

يتضح من الجدول رقم (12) وجود فروق بين متوسطات درجات الفتيات العوانس على مقياس قلق المستقبل تبعا لمتغير السن، حيث بلغت قيمة (ف) 15.53 و هي قيمة ذات دلالة إحصائية لكون قيمة الدلالة المحسوبة ($\alpha = 0.00$) أصغر من قيمة الدلالة المعتمدة لدينا $\alpha=0.05$ ، مما يشير إلى تحقق صحة هذا الفرض.

و بالعودة إلى الجدول رقم (11) نلاحظ أن الفئة العمرية [30 – 35 [قد حققت أعلى مستوى في قلق المستقبل لينخفض قليلا لدى الفئة [35 – 40 [و يتناقص بشكل ملحوظ لدى الفئة العمرية من 40 سنة فما فوق، و هذه النتيجة تتفق مع ما أشارت إليه سعود (2005) في دراستها حول قلق المستقبل و علاقته بسمتي التفاؤل و التشاؤم لدى طلاب جامعة دمشق، حيث توصلت إلى أن درجة قلق المستقبل تنخفض مع التقدم في العمر. ونفس النتيجة توصل إليها الزغبي (2002) في دراسته التي هدفت إلى التعرف على مستوى القلق لدى طلبة البكالوريوس و علاقته ببعض المتغيرات حيث توصل إلى أن الطلبة الأصغر سنا هم الأكثر قلقا.

و تتفق نتيجة هذا الفرض مع نتائج دراسة تونسي (2002) التي تناولت القلق و الاكتئاب لدى عينة من المطلقات في مدينة مكة المكرمة بهدف إيجاد الفروق المحتملة بينهن في هذين المتغيرين تبعا للظروف الخاصة بهن، و قد توصلت النتائج إلى وجود فروق دالة بين المطلقات في متوسطات درجات كل من القلق و الاكتئاب تبعا لمتغير السن.

كما تتفق نتائج الدراسة الحالية مع نتائج دراسة مور Mor (1994) و التي هدفت إلى معرفة أثر الاختلافات العمرية في ظهور و استمرار المشاكل النفسية و الاجتماعية التي تعيشها النساء المصابات بسرطان الثدي، و شملت العينة 226 امرأة مصابة بسرطان الثدي بدأت العلاج الكيمائي أو الإشعاعي بأعمار مختلفة، و أظهرت النتائج أن النساء الأصغر سنا أظهرن مستويات منخفضة من الانسجام العاطفي، كما أن مظاهر قلة الانسجام العاطفي كانت مرتبطة بالنساء غير المتزوجات و مستوى من التعليم ثانوي أو أقل.

كذلك فقد توصل Vinokur و آخرون (1989) إلى نتائج مشابهة، و ذلك في دراستهم التي هدفت إلى معرفة طبيعة التطور نحو الشفاء لدى كل من المريضات كبيرات السن والمريضات صغيرات السن، و شملت العينة 274 مريضة مصابة بسرطان الثدي واستخدم الباحثون مقياس العوامل التي تتنبأ و تهيئ خطوات الشفاء بما يتضمن عامل العمر و أثره، و أظهرت النتائج أن النساء الأصغر سنا أظهرن وضعا أسوأ من حيث التأثر النفسي و العقلي، بينما أظهرت النساء الأكبر سنا وضعا أسوأ من حيث التأثر الجسمي وخاصة فيما يتعلق بالحد من الحركة.

و تفسر الباحثة انخفاض قلق المستقبل لدى الفتاة العانس مع التقدم في العمر في ضوء نظرية هانز سيلي حول الضغوط النفسية، حيث أن المرحلة العمرية 30 – 35 سنة تمثل مرحلة الإنذار و هي المرحلة التي تدرك فيها الفتاة التهديد الذي يواجهها ألا و هو فشلها في الحصول على زوج مناسب و انضمامها إلى قائمة العوانس، فينتابها القلق و التوتر خاصة عندما ترى قريناتها يتزوجن الواحدة تلو الأخرى، و بعد تجاوز الفتاة الخامسة و الثلاثين تدخل في مرحلة أخرى و هي مرحلة المقاومة، وفيها تحاول الفتاة مقاومة مصدر التهديد بأن تسلك سلوكا يدل على توافقها مع الظروف الراهنة، و لتحقيق ذلك عادة ما تلجأ إلى الحيل الدفاعية كالتبرير و الإنكار و الهروب من واقعها بالاستغراق في البحث العلمي أو الاشتراك في الأنشطة المجتمعية و الدينية مما يخفف لديها نوعا ما شعورها بالقلق، ويستمر الأمر على هذا الحال حتى تتجاوز الأربعين من العمر و تبلغ سن اليأس، و هنا

تدخل الفتاة مرحلة الإنهاك و فيها تكون الطاقة الضرورية للصمود قد استنفذت، و هنا ينخفض شعور الفتاة بالقلق لأن ما كانت تخشى حدوثه قد حدث بالفعل، فهي لم تحظ بالزوج المناسب و أحلامها في الإنجاب و الأمومة قد تبخرت، فيتناقص الشعور بالقلق ليحل محله الاكتئاب و اليأس و في بعض الأحيان الأمراض السيكوسوماتية.

3 – عرض نتائج الفرضية الثالثة:

ينص الفرض الثالث على أنه :" توجد فروق دالة إحصائيا في درجة قلق المستقبل لدى الفتيات العوانس تبعا لمتغير الوضعية المهنية.

و للتأكد من صحة هذا الفرض استخدمت الباحثة اختبار (ت) T test لمعرفة الفروق بين متوسطات درجات الفتيات العوانس في قلق المستقبل وفقا لمتغير الوضعية المهنية.

و فيما يلي عرض للنتائج التي أسفرت عنها المعالجة الإحصائية.

جدول رقم (13): نتائج اختبار (ت) للفروق بين متوسطات درجات الفتيات العوانس في قلق المستقبل وفقا لمتغير الوضعية المهنية.

الوضعية المهنية	عاملة		غير عاملة		درجة الحرية	قيمة (ت)	الدلالة الإحصائية المحسوبة α
	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	101	1.12-	0.258 غير دالة
قلق المستقبل	42.13	21.68	46.66	19.27			

يتضح من الجدول رقم (13) عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات الفتيات العوانس العاملات و غير العاملات على مقياس قلق المستقبل، حيث بلغت قيمة (ت) (– 1.12) وهي قيمة غير دالة لكون قيمة الدلالة المحسوبة (α = 0.258) أكبر من قيمة الدلالة المعتمد لدينا (α = 0.05) مما يؤدي إلى رفض هذا الفرض.

وهذه النتيجة تتفق و ما توصلت إليه دراسة جنابي و صبيح (2004) التي هدفت إلى الكشف عن قلق المستقبل و الفروق ذات الدلالة الإحصائية في درجة قلق المستقبل لدى عينة مكونة من 300 امرأة عراقية و ذلك تبعا لمتغيرات السن، و الوضعية المهنية، المستوى الدراسي و الحالة الاجتماعية، و قد توصلت الدراسة إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى قلق المستقبل تبعا لمتغير الوضعية المهنية و الحالة الاجتماعية. كذلك فقد

توصلت دراسة حسن (1999) حول قلق المستقبل لدى عينة مكونة من 250 شاب من خريجي الجامعة العراقية إلى عدم وجود فروق دالة عند مستوى 0.05 في قلق المستقبل تبعا لمتغيرات الجنس و الوضعية المهنية.

و تفسر الباحثة هذه النتيجة بأن الفتيات العاملات و غير العاملات يعشن في جو متقارب من حيث الضغوطات الحياتية و الظروف الاجتماعية، يضاف إلى ذلك تقاربهن في فرص الخطبة، حيث نجد أن 85 % من الفتيات غير العاملات قد تمت خطبتهن و كان الرفض في 77 % من قبل الفتاة نفسها، في حين قدرت نسبة الفتيات العاملات اللواتي تمت خطبتهن 76 % و كان الرفض في 83 % من الحالات من طرف الفتاة و هذا ما يدل على أن عدم خروج الفتاة للعمل لا يقلل من فرص زواجها و بالتالي لا يؤثر على نفسيتها، كذلك فإن الدعم و التفهم الذي تتلقاه الفتاة من أسرتها قد ساهم في مساعدتها على التأقلم مع حالة العنوسة، حيث نجد أن 53% من الفتيات غير العاملات قد أظهرن توافق عائلي مرتفع مقابل 49% لدى الفتيات العاملات، إضافة إلى ذلك فإن الفتيات غير العاملات حتى و إن كن لا يمارسن أي نشاط رسمي إلا أنهن غالبا ما يقمن في المنزل بالأعمال اليدوية كأعمال الطرز و الخياطة و بيع الحلويات و المأكولات التقليدية، هذه الأعمال التي عادة ما تسمح لهن بالحصول على بعض المال مما يضمن لهن استقلالهن المالي حتى و لو كان بشكل جزئي فلا يشعرن أنهن عبء ثقيل على عائلاتهن.

و عليه يمكن القول أنه بالنسبة للفتاة العاملة فإن خروجها للعمل و ما يوفره لها من فرص للزواج بحكم اختلاطها بالرجال حيث نجد أن 59% من الفتيات العاملات لديهن علاقة مع شاب، و كذا الدعم العائلي قد ساهم في حمايتها من التوترات و الاضطرابات التي من أهمها قلق المستقبل، في حين كان توفر فرص الزواج و الدعم العائلي و وكذا القيام بالأعمال اليدوية من أهم الأمور التي ساعدت الفتاة غير العاملة على تجنب الإصابة بقلق المستقبل، وبهذا لم تظهر فروق ذات دلالة إحصائية بين الفتيات العاملات و غير العاملات في قلق المستقبل.

4 – عرض نتائج الفرضية الرابعة:

ينص الفرض الرابع على أنه:" توجد فروق دالة إحصائيا في متوسطات درجات الفتيات العوانس في قلق المستقبل وفقا لمتغير المستوى التعليمي.

و للتأكد من صحة هذا الفرض قامت الباحثة بحساب المتوسط الحسابي و الانحراف المعياري لمجموع درجات قلق المستقبل وفقا لمتغير المستوى التعليمي.

و فيما يلي عرض للنتائج التي أسفرت عنها المعالجة الإحصائية:

جدول رقم (14): المتوسط الحسابي و الانحراف المعياري لمجموع درجات قلق المستقبل وفقا لمتغير المستوى التعليمي.

المتغير	المستويات التعليمية	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
	أمي	16	50.25	13.04

قلق المستقبل	ابتدائي	16	49.18	23.38
	متوسط	19	50.47	19.86
	ثانوي	29	49.20	18.83
	جامعي	23	26.78	15.62

نلاحظ من خلال الجدول رقم (14) وجود فروق بين المتوسطات الحسابية، حيث بلغ المتوسط الحسابي لفئة أمي 50.25، وبلغ المتوسط الحسابي للمستوى إبتدائي 49.18، أما المتوسط الحسابي للمستوى المتوسط فقد قدر ب 50.47، و بلغ المتوسط الحسابي للمستوى الثانوي 49.20، في حين قدر المتوسط الحسابي للمستوى الجامعي ب 26.78.

و لمعرفة مدى دلالة الفروق المشاهدة استخدمت الباحثة اختبار تحليل التباين الأحادي، والنتائج المتحصل عليها موضحة في الجدول التالي:

جدول رقم (15): نتائج اختبار تحليل التباين الأحادي للفروق في متوسطات درجات الفتيات العوانس في قلق المستقبل وفقا لمتغير المستوى التعليمي.

مصدر التباين	مجموع المربعات	درجة الحرية	متوسط المربعات	النسبة الفائية	الدلالة الإحصائية المحسوبة
بين المجموعات	9420.028	4	2355.007	6.960	0.00 دالة
داخل المجموعات	33160.846	98	338.376		
المجموع الكلي	42580.874	102			

يتضح من الجدول رقم (15) وجود فروق بين متوسطات درجات الفتيات العوانس على مقياس قلق المستقبل تبعا لمتغير المستوى التعليمي، حيث بلغت قيمة (ف) 6.96 و هي قيمة ذات دالة إحصائية كون الدلالة المحسوبة ($\alpha = 0.00$) أصغر من مستوى الدلالة المعتمد لدينا $\alpha = 0.05$، مما يشير إلى تحقق صحة هذا الفرض.

و بالعودة إلى الجدول رقم (14) نلاحظ أن قلق المستقبل يقل كلما ارتفع المستوى التعليمي للفتاة، و هذه النتيجة تتفق مع نتائج دراسة الجنابي و صبيح (2004) بعنوان قلق المستقبل لدى المرأة العراقية في ظل العراق الجديد، و التي توصلت إلى وجود فروق في مستوى قلق المستقبل تبعا لمتغير المستوى التعليمي (ابتدائي، متوسط، إعدادي، جامعي) لصالح النساء اللواتي لديهن التحصيل الابتدائي.

كما تتفق نتيجة هذا الفرض مع نتائج دراسة عبد المحسن (2007) بعنوان فعالية الإرشاد النفسي الديني في خفض قلق المستقبل لدى طلاب كلية التربية بجامعة أسيوط، و التي كان الهدف منها الكشف عن العلاقة بين الوعي الديني و قلق المستقبل و كذا معرفة مدى اختلاف مستوى قلق المستقبل باختلاف الجنس (ذكر، أنثى)، و المستوى الدراسي (سنة أولى، سنة رابعة)، و التخصص (علمي، أدبي)، و قد توصلت النتائج إلى وجود علاقة ارتباطية موجبة ذات دلالة إحصائية بين مستوى الوعي الديني و قلق المستقبل، و وجود فروق دالة على مقياس قلق المستقبل لدى طلاب كلية التربية تبعا لمتغير الجنس لصالح الإناث، و تبعا لمتغير التخصص لصالح الشعب العلمية، و كذا تبعا لمتغير المستوى الدراسي لصالح طلاب السنة الأولى، إضافة إلى وجود فعالية لبرنامج الإرشاد النفسي الديني في خفض قلق المستقبل لدى عينة الدراسة.

كذلك تتفق نتيجة هذا الفرض مع ما أشارت إليه دراسة عشري (2004) حول قلق المستقبل و علاقته ببعض المتغيرات الثقافية، و التي هدفت إلى معرفة تأثير المستوى التعليمي (سنة ثانية، سنة رابعة)، و الجنس (ذكور، إناث)، و التخصص العلمي (أدبي، علمي)، على مستوى قلق المستقبل، و قد تكونت عينة الدراسة من 104 طالب وطالبة من مصر وسلطنة عمان، و أظهرت نتائج الدراسة وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى قلق المستقبل تبعا لمتغير المستوى التعليمي لصالح طلاب السنة الثانية، و تبعا لمتغير الجنس لصالح الذكور، و عدم وجود فروق في مستوى قلق المستقبل تبعا لمتغير التخصص.

و ترى الباحثة أن هذه النتيجة منطقية ذلك أن التعليم عادة ما يفتح آفاقا واسعة أمام الفتاة ويحررها من الجمود الفكري و يعزز ثقتها بنفسها و يمنحها مكانة مرموقة في المجتمع، وبالتالي فإنه من الطبيعي أن يكون قلق المستقبل منخفض لدى الفتيات ذوات التحصيل العالي لأنهن يمتلكن القدرة على التفاعل الايجابي مع العصر و تطوراته و لديهن الأدوات والوسائل اللازمة لدخول عصر ثورة التكنولوجيا و المعلومات، و هن بذلك يستطعن التأقلم بسهولة مع ما يحيط بهن من ظروف.

5 – عرض نتائج الفرضية الخامسة:

ينص الفرض الخامس للبحث على أن:" مستوى التوافق النفسي لدى الفتاة العانس منخفض"

و للتأكد من صحة هذا الفرض تمت مقارنة المتوسط الحسابي المتحصل عليه من خلال تطبيق مقياس التوافق النفسي على أفراد العينة بالمتوسط الفرضي للمقياس (أعلى درجة للمقياس هي 160، والمتوسط الفرضي هو 160 ÷ 2 = 80)، و من ثمة حساب دلالة الفرق باستخدام الاختبار التائي لعينة واحدة.

و النتائج المتحصل عليها موضحة في الجدول التالي:

جدول رقم (16): نتائج اختبار (ت) لعينة واحدة.

المتغير	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الفرضي للمقياس	القيمة التائية (ت)	الدلالة الإحصائية
التوافق النفسي	103	106.55	20.88	80	12.95	دالة عند مستوى 0.01

نلاحظ من خلال الجدول رقم (16) أن متوسط التوافق النفسي لدى أفراد العينة أكبر من المتوسط الفرضي للمقياس، و القيمة التائية المحسوبة ذات دلالة إحصائية عند مستوى 0.01 مما يدل على ارتفاع مستوى التوافق النفسي لدى أفراد العينة.

و تتفق هذه النتيجة مع نتائج دراسة آسيا بركات (2008) و التي هدفت إلى التعرف على مستوى التوافق النفسي لدى عينة مكونة من 105 طالبة من طالبات كلية التربية بجامعة أم القرى، و كذا التعرف على تأثير

متغيرات (المعدل التراكمي، الحالة الاجتماعية و الحالة الاقتصادية) في تباين الدرجات التي يتحصل عليها أفراد العينة في التوافق النفسي العام، وقد توصلت الدراسة إلى أن ما يقارب 82 % من طالبات كلية التربية لديهن شعور مرتفع بالتوافق النفسي، كما أن هذا الأخير لا يختلف لدى عينة الدراسة باختلاف المعدل التراكمي و الحالة الاجتماعية و الحالة الاقتصادية للطالبة.

كما تتفق نتيجة هذا الفرض مع نتائج دراسة جاب الله يمينة (2007) حول معنى الحياة وعلاقته بالاحتراق النفسي لدى المرأة العاملة العانس، حيث توصلت إلى أن معنى الحياة والرضا عن الحياة لدى المرأة العاملة العانس مرتفع، و أن تقديرها للاحتراق النفسي منخفض، و هي مظاهر عادة ما تشير إلى حسن التوافق النفسي.

و تفسر الباحثة هذه النتيجة بتغير الأولويات لدى الفتيات، فمع إقبالهن الكبير على التزود بالعلم و الثقافة و الرغبة الجامحة في إثبات الذات و تحقيق الاستقلال الاقتصادي من خلال الخروج للعمل لم يعد الزواج الهاجس الأكبر للكثير منهن أو الحلم الأوحد المنتظر، كما أن الفتاة اليوم لم تعد تقبل الزواج لمجرد الزواج، بل تفضل البقاء عازبة طوال حياتها على الزواج برجل غير مناسب، و هذا ما لمسناه في الدراسة الحالية حيث توصلنا إلى أن عنوسة 82 % من أفراد العينة كانت عنوسة اختيارية و ما دامت كذلك فهي لا تشكل مصدرا للضغط و سوء التوافق، على عكس العنوسة الإجبارية التي تكون مفروضة على الفتاة بسبب الظروف الاقتصادية و الاجتماعية و حتى الأسرية و التي غالبا ما تؤدي بها إلى الإصابة بمختلف الاضطرابات النفسية و بالتالي سوء التوافق النفسي. كذلك فإن تزايد معدلات العنف الممارس ضد المرأة من قبل الزوج و كذا ارتفاع معدلات الطلاق في الآونة الأخيرة قد أثر سلبا على نظرة الفتاة للزواج، فلم يعد الزواج ذلك الرباط المقدس الذي يوفر لها الأمان و الطمأنينة، بل أصبح مصدرا للتهديد و أصبحت العنوسة بالمقابل هي مصدر الراحة النفسية باعتبارها أرحم بكثير من زواج فاشل.

كما تجدر الإشارة إلى أن الانتشار الهائل لظاهرة العنوسة في السنوات الأخيرة، إذ لا يكاد بيت يخلو من فتاة عانس أو أكثر، قد ساهم في حد ذاته في التخفيف من آثارها النفسية على الفتاة، ذلك أنه في السابق نادرا ما تبقى الفتاة بدون زواج و التي لا يسعفها الحظ في أن تتزوج عادة ما تكون محل الانتقاد و السخرية أو محل الشفقة، و لكن اليوم لم يعد الأمر كذلك، فمع الازدياد الكبير لعدد العوانس لم تعد الفتاة تشعر أنها الوحيدة في هذه الوضعية ولم يعد يشار إليها كما في الماضي، ذلك أنها أينما ذهبت وجدت مثيلاتها، و على رأي المثل " إذا عمت خفت ". و يضاف إلى هذه العوامل كلها عامل التدين، فرضا الفتاة بالقضاء و القدر و إيمانها بأن الزواج رزق مقدر من الله سيأتيها في الوقت المحدد له من الأمور التي ساعدت أفراد العينة على تحقيق مستوى مرتفع من التوافق النفسي.

6 – عرض نتائج الفرضية السادسة:

ينص الفرض السادس للبحث على أنه :" توجد فروق دالة إحصائيا في مستوى التوافق النفسي لدى الفتيات العوانس وفقا لمتغير السن".

و للتأكد من صحة هذا الفرض قامت الباحثة بحساب المتوسط الحسابي و الانحراف المعياري لدرجات التوافق النفسي تبعا لمتغير السن، وفيما يلي عرض للنتائج التي أسفرت عنها المعالجة الإحصائية:

جدول رقم (17): المتوسط الحسابي و الانحراف المعياري لدرجات التوافق النفسي تبعا لمتغير السن.

المتغير	الفئات العمرية	العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
التوافق النفسي	] 30 – 35 [	50	111.86	20.36
	] 35 – 40 [	29	104.93	21.57
	[40 – فأكثر	24	97.45	18.25

يتضح من خلال الجدول رقم (17) وجود فروق مشاهدة بين المتوسطات الحسابية، حيث سجل أعلى متوسط لدى الفئة العمرية [30 سنة – 35 سنة [ب (111.86) و بلغ متوسط الفئة العمرية [35 سنة – 40 سنة[(104.93)، في حين قدر متوسط الفئة [40 سنة – فأكثر (97.45).

و لمعرفة مدى دلالة الفروق المشاهدة استخدمت الباحثة اختبار تحليل التباين الأحادي، والنتائج المتحصل عليها موضحة في الجدول التالي:

جدول رقم (18): نتائج اختبار تحليل التباين الأحادي للفروق بين متوسطات درجات الفتيات العوانس في التوافق النفسي وفقا لمتغير السن.

مصدر التباين	مجموع المربعات	درجة الحرية	متوسط المربعات	النسبة الفائية	الدلالة الإحصائية المحسوبة
بين المجموعات	3469.616	2	1734.808	4.230	0.017
داخل المجموعات	41015.840	100	410.158		
المجموع الكلي	44485.456	102			

نلاحظ من خلال الجدول رقم (18) أن القيمة الفائية قد قدرت ب (4.23) و هي قيمة ذات دلالة إحصائية لكون قيمة الدلالة المحسوبة ($\alpha = 0.17$) أقل من مستوى الدلالة المعتمد لدينا، و عليه فإن الفروق المشاهدة بين المتوسطات هي فروق حقيقية و ليست راجعة للصدفة، و هذا ما يشير إلى تحقق هذا الفرض.
و تختلف نتائج هذا الفرض مع نتائج دراسة سامي عوض أبو اسحاق التي هدفت إلى معرفة مستوى التوافق لدى مريضات سرطان الثدي بمحافظات غزة و علاقته بمستوى الالتزام الديني، حيث أسفرت النتائج عن عدم وجود فروق في مستوى التوافق تعزى لمتغيرات العمر و دخل الأسرة و المستوى التعليمي.
كما تختلف مع نتائج دراسة نورنز nerenz 1986 و التي هدفت إلى معرفة ما إذا كان كبار السن الذين يتلقون علاجا كيمائيا يعانون من ضغط عاطفي و نفسي أكبر من المرضى الأصغر سنا، و أظهرت النتائج عدم وجود فروق دالة في مستوى الضغط النفسي بين المرضى كبار السن و المرضى الأصغر سنا.
و ترى الباحثة أن انخفاض مستوى التوافق لدى الفتاة العانس مع التقدم في السن نتيجة منطقية، إذ من الطبيعي أن يكون التوافق النفسي في أعلى مستوياته في المرحلة العمرية 30 – 35 سنة، ذلك أنه في هذه المرحلة لا يزال لدى الفتاة الأمل في الضفر بزوج مناسب خاصة إذا علمنا أن تأخر سن الزواج يمس فئة الرجال أيضا، كما أنها في هذه المرحلة لا تزال بعيدة كل البعد عن سن اليأس و فرص الإنجاب لديها ما تزال قائمة، ثم ينخفض مستوى التوافق في المرحلة العمرية 35 – 40 سنة بسبب مطالبة المجتمع للفتاة بتقديم تنازلات نفسية و اجتماعية إن أرادت الزواج كالتخلي عن شرط المستوى التعليمي، أو المستوى المادي المرتفع، أو الاحتفاظ بالوظيفة....الخ، و ينخفض أكثر بعد تجاوزها سن الأربعين لأنها تكون مطالبة بتقديم تنازلات إضافية كفارق العمر، أو القبول برجل معدد أو مطلق أو أرمل و لديه أولاد...الخ، كما ينخفض كذلك بسبب قلة فرص الإنجاب أو انعدامها تماما نظرا لبلوغها سن اليأس.

7 – عرض نتائج الفرضية السابعة:

ينص الفرض السابع للبحث على أنه :" توجد فروق دالة إحصائيا في مستوى التوافق النفسي لدى الفتيات العوانس تبعا لمتغير الوضعية المهنية.
و للتأكد من صحة هذا الفرض استخدمت الباحثة اختبار (ت) T test لمعرفة الفروق بين متوسطات درجات الفتيات العوانس في التوافق النفسي وفقا لمتغير الوضعية المهنية.
و فيما يلي عرض للنتائج التي أسفرت عنها المعالجة الإحصائية.

جدول رقم (19): نتائج اختبار (ت) للفروق بين متوسطات درجات الفتيات العوانس في التوافق النفسي وفقا لمتغير الوضعية المهنية.

الوضعية المهنية	عاملة		غير عاملة		درجة الحرية	قيمة (ت)	الدلالة الإحصائية المحسوبة
	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	101	1.071	0.869 غير دالة
قلق المستقبل	108.95	20.63	104.53	21.06			

يتضح من الجدول رقم (19) عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات الفتيات العوانس العاملات و غير العاملات على مقياس التوافق النفسي، حيث بلغت قيمة (ت) 1.07 وهي قيمة غير دالة لكون مستوى الدلالة المحسوبة أكبر من مستوى الدلالة المعتمد لدينا، و عليه نرفض هذا الفرض و نقبل الفرض الصفري.

هذه النتيجة تبدو للوهلة الأولى غير منطقية، ذلك أن الإنسان بصفة عامة و المرأة بصفة خاصة تحقق ذاتها و شخصيتها من خلال العمل، كما أن العمل يعطيها الاستقلال المادي ويساهم في تنمية قدراتها المختلفة مما يحقق لها التوافق النفسي، و بقاؤها بلا عمل يجعلها عرضة للكسل و الخمول و بالتالي سوء التوافق، و لكن بالنسبة لعينه البحث يبدو أن عدم خروجها للعمل لم يؤثر على مستوى توافقها النفسي، و قد يرجع ذلك إلى أن مكوثها في البيت لا يعني بقاءها بدون شغل، إذ غالبا ما تقع على الفتاة العانس مسؤولية إدارة شؤون المنزل خاصة مع زواج باقي الأخوات و تقدم الوالدة في السن أو وفاتها، ففي الكثير من الأحيان تحتل الفتاة العانس غير العاملة مكانة الوالدة فتصبح هي المسئولة على تربية الإخوة و الأخوات و تسيير كل كبيرة و صغيرة في البيت، مما يشعرها بأن لها دورا هاما و فعالا في أسرتها، و يزداد هذا الشعور بالأهمية باعتراف أفراد الأسرة بفضلها عليهم وتشجيعهم لها و وقوفهم إلى جانبها عند تعرضها للمشكلات و الضغوطات المختلفة، و ينتج عن الشعور بالأهمية الإحساس بالقيمة الذاتية و بالانجاز و هي أمور عادة ما ترفع مستوى التوافق لدى الفرد، كذلك فإن بقاء الفتاة العانس في المنزل لا يمنعها من الإنتاج إذ غالبا ما تمارس الحرف التقليدية و كذا أعمال الزراعة و تربية المواشي، و هي أعمال رغم التطور الكبير الذي عرفه المجتمع الجزائري إلا أنه مازال يثمنها و يحترم كثيرا المرأة التي تقوم بها و خاصة في المناطق الريفية. كذلك فإن قيام الفتاة بهذه الأعباء و المسؤوليات لا يترك لها مجالا لكي يكون لديها وقت فراغ، هذا الفراغ الذي عادة ما تستغله الأفكار اللامنطقية كي تتسلل إلى تفكير الفتاة و تتسبب لها في مختلف الاضطرابات النفسية.

وقد ترجع هذه النتيجة أيضا إلى كون 48% من الفتيات غير العاملات متحصلات على شهادات عليا، الأمر الذي جعلهن يحسن بالأمان لأنهن يعلمن أنه بإمكانهن الاعتماد على أنفسهن في مواجهة صعاب الحياة، فالتعليم الذي تلقينه سيفتح لهن عاجلا أم آجلا أبواب عالم الشغل و سيكن قادرات على تحقيق استقلالهن المادي و المعنوي و بالتالي لن يكن عبء على أي أحد.

و عليه يمكن القول أن الفتاة العاملة قد حققت توافقها النفسي من خلال خروجها للعمل وإثباتها لذاتها و تحقيقها لاستقلالها المادي، أما غير العاملة فقد حققته من خلال العمل المنزلي، و لهذا لم تظهر فروق دالة بين الفتاة العانس العاملة و غير العاملة في مستوى التوافق النفسي.

8 – عرض نتائج الفرضية الثامنة:

ينص الفرض الثامن على أنه:" توجد فروق دالة إحصائيا في متوسطات درجات الفتيات العوانس في التوافق النفسي وفقا لمتغير المستوى التعليمي.

و لغرض اختبار صحة هذا الفرض قامت الباحثة بحساب المتوسط الحسابي و الانحراف المعياري لمجموع درجات التوافق النفسي تبعا لمتغير المستوى التعليمي.

و فيما يلي عرض للنتائج التي أسفرت عنها المعالجة الإحصائية:

جدول رقم (20): المتوسط الحسابي و الانحراف المعياري لمجموع درجات التوافق النفسي تبعا لمتغير المستوى التعليمي

المتغير	المستويات التعليمية	العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
التوافق النفسي	أمي	16	96.31	15.23
	ابتدائي	16	107.06	21.63
	متوسط	19	102.31	19.53
	ثانوي	29	103.89	21.15
	جامعي	23	120.17	19.16

يتبين من خلال الجدول رقم (20) أن هناك فروقا مشاهدة بين المتوسطات الحسابية، حيث بلغ متوسط فئة أمي 96.31 و هو أقل متوسط مسجل، و بلغ متوسط المستوى الابتدائي 107.06، و قدر المتوسط الحسابي للمستوى متوسط 102.31، أما المتوسط الحسابي للمستوى الثانوي فقد قدر ب 103.89، في حين بلغ المتوسط الحسابي للمستوى الجامعي 120.17 و هو أعلى متوسط مسجل.

و لمعرفة مدى دلالة الفروق المشاهدة استخدمت الباحثة اختبار التباين الأحادي، و النتائج موضحة في الجدول التالي:

جدول (21): نتائج اختبار تحليل التباين الأحادي للفروق في متوسطات درجات الفتيات العوانس في التوافق النفسي وفقا لمتغير المستوى التعليمي.

مصدر التباين	مجموع المربعات	درجة الحرية	متوسط المربعات	النسبة الفائية	الدلالة المحسوبة
بين المجموعات	6494.982	4	1623.746	4.189	0.04 دالة
داخل المجموعات	37990.474	98	387.658		
المجموع الكلي	44485.456	102			

يتضح من الجدول رقم (21) وجود فروق بين متوسطات درجات الفتيات العوانس على مقياس التوافق النفسي تبعا لمتغير المستوى التعليمي، حيث بلغت قيمة (ف) 4.18 و هي قيمة دالة لكون قيمة الدلالة المحسوبة (α = 0.04) أقل من مستوى الدلالة المعتمد لدينا (α= 0.05)، مما يشير إلى تحقق صحة هذا الفرض.

و تتفق نتائج هذا الفرض مع نتائج دراسة العكايشي (2004) حول الصحة النفسية وعلاقتها بالذكاء الانفعالي لدى الشابات الجامعيات بجامعة بغداد ، و قد شملت العينة 100 طالبة في المرحلة الأولى و الرابعة بواقع 50 طالبة من السنة الأولى و 50 طالبة من السنة الرابعة، و أسفرت النتائج عن وجود فروق دالة إحصائيا في مقياس الصحة النفسية ومقياس الذكاء الانفعالي وفق متغير المرحلة الدراسية لصالح المرحلة الرابعة، و كذا وجود علاقة دالة إحصائيا بين الصحة النفسية و الذكاء الانفعالي.

في حين تختلف نتائج الدراسة الحالية مع نتائج دراسة الداهري و سفيان (1997) حول الذكاء الاجتماعي و علاقته بالتوافق النفسي لدى عينة مكونة من 327 طالب و طالبة في قسم علم النفس بجامعة تعز، حيث أظهرت النتائج تمتع طلبة قسم علم النفس بتوافق نفسي واجتماعي عال و عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى التوافق النفسي تبعا للمرحلة الدراسية.

9 – عرض نتائج الفرضية التاسعة:

ينص الفرض التاسع على وجود ارتباط سالب و دال إحصائيا بين درجة قلق المستقبل ومستوى التوافق النفسي لدى الفتاة العانس.

و للتأكد من صحة هذا الفرض قامت الباحثة بحساب معامل الارتباط بيرسون بين درجة قلق المستقبل و مستوى التوافق النفسي لدى الفتاة العانس.

و فيما يلي عرض للنتائج التي أسفرت عنها المعالجة الإحصائية:

جدول رقم (22): معامل الارتباط بين قلق المستقبل و التوافق النفسي لدى الفتاة العانس.

المتغيرات	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	معامل الارتباط	الدلالة الإحصائية
قلق المستقبل	44.59	20.43	- 0.65	دال عند مستوى 0.01
التوافق النفسي	106.55	20.88		

يتضح من الجدول رقم (22) وجود علاقة إرتباطية سالبة دالة إحصائيا عند مستوى 0.01 بين قلق المستقبل و التوافق النفسي لدى الفتيات العوانس، أي كلما ارتفع قلق المستقبل انخفض التوافق النفسي و كلما ارتفع التوافق النفسي انخفض الشعور بقلق المستقبل.

و تتفق نتائج الدراسة الحالية مع نتائج دراسة مندوه (2006) بعنوان قلق المستقبل وعلاقته ببعض مظاهر التوافق الدراسي لدى طلاب الجامعة، و هدفت الدراسة إلى الكشف عن العلاقة بين التوافق الدراسي و قلق المستقبل و كذا معرفة الفروق بين طلاب الجامعة على مقياس قلق المستقبل تبعا لمتغيرات الجنس و التخصص الدراسي و السنة الدراسية، وتكونت العينة من 600 طالب و طالبة من طلاب جامعة المنصورة، أما أداة الدراسة فقد استخدم الباحث مقياس قلق المستقبل و مقياس التوافق الدراسي من إعداده، و توصلت نتائج الدراسة إلى وجود فروق في قلق المستقبل تبعا لمتغير الجنس و التخصص و السنة الدراسية و ذلك لصالح الذكور و طلاب التخصصات الأدبية و طلاب السنة الرابعة، كما توصلت نتائج الدراسة إلى وجود ارتباط سالب و دال إحصائيا بين درجات الطلاب على مقياس قلق المستقبل بأبعاده المختلفة و درجاتهم على مقياس التوافق الدراسي بأبعاده المختلفة.

كما تتفق نتيجة هذا الفرض مع نتائج دراسة العكايشي (2003) و التي هدفت إلى الكشف عن العلاقة بين التوافق النفسي في البيئة الجامعية و علاقته بالذكاء الانفعالي و قلق المستقبل لدى طلبة الجامعة، و قد شملت العينة 400 طالب و طالبة، و أظهرت النتائج أن طلبة الجامعة لا يعانون من قلق المستقبل و يتمتعون بالتوافق النفسي و الذكاء الانفعالي، وأن هناك علاقة ارتباطية بين متغيرات البحث الثلاثة.

كذلك فقد أشارت دراسة ابراهيم (2003) حول التوجه نحو المستقبل و علاقته ببعض الاضطرابات النفسية لدى الطالب الجامعي إلى أن هناك علاقة دالة موجبة بين انخفاض مستوى التوجه نحو المستقبل و كل من الاكتئاب و الاغتراب و الضغوط النفسية بالنسبة لكل من الذكور و الإناث.

و ترى الباحثة أن هذه النتيجة منطقية ذلك أن التوافق يتضمن في مفهومه العام الخلو من الاضطرابات النفسية التي من بينها قلق المستقبل و بالتالي فإنه من الطبيعي أن يرتفع مستوى التوافق النفسي لدى الفرد كلما انخفض قلق المستقبل لديه.

الاستنتاج العام:

شهد المجتمع الجزائري في السنوات الأخيرة انتشارا هائلا لظاهرة العنوسة حيث ارتفع عدد النساء غير المتزوجات بشكل ملحوظ جدا مقارنة بالسنوات الماضية، و قد جاءت هذه الدراسة لا للبحث في أسباب العنوسة و خلفياتها الاجتماعية و إنما لتسليط الضوء على انعكاساتها على الصحة النفسية للفتاة و لاسيما ظهور قلق المستقبل و علاقته بالتوافق النفسي، و قد تبين لنا من خلال الدراسة الميدانية أن مستوى قلق المستقبل لدى الفتيات العوانس متوسط و لكن ذلك لم يمنعهن من التمتع بمستوى عال من التوافق النفسي، بمعنى أن العنوسة بالرغم من أنها تخالف الفطرة الإنسانية كون الإنسان و خاصة المرأة تميل إلى الأنس مع من يشاركها حياتها، إلا أنها لم تؤثر سلبا على الجانب النفسي للفتاة و ذلك ربما لكونها عنوسة اختيارية في أغلب الحالات، فالتغيرات الهامة التي عرفتها المرأة في السنوات الأخيرة من حيث المكانة و الدور جعلتها غير مقتنعة بالدور الوحيد الذي كانت تلعبه و المتمثل في دورها كزوجة و أم، بل أصبحت تبحث عن أدوار جديدة و تسعى لإثبات ذاتها في المجتمع من خلال التعليم و العمل أولا و بعدها الزواج، فهذا الأخير إذن قد تراجع في سلم الأولويات لدى الفتاة و لم تعد له نفس الأهمية التي كان يكتسيها في السابق وبالتالي لم يعد يشكل مصدر ضغط للفتاة المعاصرة، يضاف إلى ذلك التغير الكبير الذي مس نظام الزواج في حد ذاته و لاسيما عملية الاختيار له و تراجع الدور الوالدي في ذلك، فتغير و تعدد مقاييس الزواج جعل الفتاة ترفض تقديم تنازلات في هذا الشأن، فهي لم تعد تقبل الزواج لمجرد الزواج و هي غير مستعدة للتضحية بمجموع قناعاتها و طموحاتها وتصوراتها الزواجية، بل تفضل العنوسة على الزواج بالرجل غير المناسب، كما توصلنا أيضا من خلال هذه الدراسة إلى عدم وجود فروق دالة إحصائيا بين الفتيات العاملات وغير العاملات في درجة قلق المستقبل و كذا في مستوى التوافق النفسي، بمعنى أن عامل العمل بالرغم من أهميته و بالرغم من أن معظم الفتيات أكدن أنه يساهم في التخفيف من آثار العنوسة

عليهن، إلا أن مساهمته لم تكن كافية للتأثير في درجة قلق المستقبل و كذا مستوى التوافق النفسي. كما تبين لنا أيضا من خلال النتائج المتحصل عليها وجود فروق في كل من درجة قلق المستقبل و مستوى التوافق النفسي تعزى لمتغير المستوى التعليمي، حيث أنه كلما ارتفع المستوى التعليمي انخفض قلق المستقبل و ارتفع مستوى التوافق النفسي و هذا نظرا لما يفتحه التعليم من آفاق واسعة أمام الفتاة و ما يوفره لها من إمكانيات و قدرات تسمح لها بالتكيف و التعامل مع ثورة المعلومات و التكنولوجيا، فالتعليم يعد السلاح الذي تتزود به الفتاة لكي يحميها من تقلبات الحياة و حصولها عليه يشعرها بالأمان. كذلك فقد أسفرت نتائج الدراسة الحالية عن وجود فروق في قلق المستقبل و كذا في مستوى التوافق النفسي تبعا لمتغير السن، حيث أنه و بالرغم من ارتفاع درجة قلق المستقبل لدى الفتيات الأصغر سنا مقارنة بالمتقدمات في العمر إلا أن مستوى التوافق لديهن مرتفع ثم يبدأ في الانخفاض مع التقدم في العمر بسبب الاقتراب من سن اليأس أو بلوغه مما يعني تضاءل فرص الإنجاب أو انعدامها تماما. و أخيرا اتضح من خلال الدراسة الحالية كذلك وجود علاقة ارتباطية عكسية و دالة بين قلق المستقبل و مستوى التوافق النفسي حيث أنه كلما ارتفع مستوى التوافق النفسي انخفض قلق المستقبل و كلما ارتفع قلق المستقبل انخفض مستوى التوافق، ذلك أن التوافق يتضمن قدرة الفرد على ضبط نفسه و تحمل مواقف النقد والإحباط مع القدرة على السيطرة على مشاعر القلق و الخوف و التوتر.

التوصيات:

في ضوء النتائج المتوصل إليها في الدراسة الحالية توصي الباحثة بما يلي:

- ضرورة قيام وسائل الإعلام بتفعيل التواصل بين الجمعيات و المنظمات و الجهات الرسمية و الأهلية التي تهتم بمؤسسة الزواج، و القيام بحملات توعية عن طريق الندوات و المحاضرات و اللقاءات و إشاعة ثقافة الزواج كمؤسسة شرعية اجتماعية تربوية و تعريف الشباب و أهاليهم بمخاطر التأخر في سن الزواج و تأثيرها السلبي على الفرد و الأسرة و المجتمع.
- ترسيخ القيم الدينية التي تصحح صورة المرأة في أذهان الناس و كذا زيادة الوعي العام باحتياجاتها النفسية و بالاضطرابات التي تصيبها و ذلك من خلال وسائل الإعلام المقروءة و المسموعة و المرئية.
- عدم تفضيل العمل على الزواج لأن نتائج ذلك ليست دائما في صالح الفتاة، و كذا ضرورة التنازل عن بعض الشروط كالسيارة و الشقة المنفردة و الزفاف على الطريقة الفلانية لأن قطار العمر يمر دون انتظار عمر الفتاة، و شباب المرأة و جمالها لا يدوم.
- ضرورة إنشاء الدولة لصندوق خاص لمساعدة الشباب المقبل على الزواج.
- ضرورة قيام الدولة ببناء وحدات سكنية للمتزوجين الجدد بأسعار منخفضة قدر الإمكان.

- تشجيع الزواج المبكر متى توفرت الشروط لذلك حتى يقضي على مخلفات العنوسة التي من أهمها الانحرافات السلوكية و الاجتماعية و الأخلاقية بأنواعها المختلفة.
- الحد من الإباحية في وسائل الإعلام و خاصة القنوات الفضائية.
- إنشاء مراكز للإرشاد النفسي الزواجي و الأسري و دعمها من قبل المواطنين والمؤسسات العامة و الخاصة لتقوم بدورها الفعال في إرشاد الشباب للإسراع في الزواج و عدم تأخيره، و كيفية اختيار شريك الحياة، و إعداده إعدادا كليا لمواجهة أعباء الحياة و القيام بمسؤوليات الزواج على أحسن وجه.
- و لعل أهم توصية للفتاة العانس سواء العاملة أو الماكثة في البيت، المتعلمة و غير المتعلمة هو الرضا بقضاء الله و قدره، فالعنوسة ليست نهاية العالم و الخروج منها لا يكون بالانحراف الأخلاقي و إتباع الشهوات بل بالصبر و العفاف و تقوية الصلة بالله عزوجل لأنها أساس كل نجاح.

الاقتراحات:

من خلال النتائج التي توصلت إليها الباحثة في الدراسة الحالية فإنها تقترح إجراء الدراسات التالية:

- إجراء دراسة حول قلق المستقبل و علاقته بالتوافق النفسي لدى الشباب الذكور المتأخرين زواجيا.
- إجراء دراسات مماثلة يتم فيها توسيع عينة البحث و تطبيقها على مناطق مختلفة من الوطن باختلاف تقاليدها و ثقافتها.
- القيام بدراسات مماثلة يتم فيها مقارنة المتزوجات و غير المتزوجات في قلق المستقبل و التوافق النفسي.
- إجراء دراسات حول قلق المستقبل لدى شرائح اجتماعية أخرى كالمطلقات والأرامل و طلبة الجامعة...الخ.
- القيام بدراسات حول العنوسة و علاقتها بمتغيرات أخرى كالضغوط النفسية، الاكتئاب، الانحرافات السلوكية، محاولة الانتحار...الخ.
- القيام بدراسات مسحية لمشكلات المرأة و معالجتها.

خاتمة البحث:

تعتبر العنوسة من الظواهر الاجتماعية التي تهدد المجتمعات العربية عموما والمجتمع الجزائري خصوصا، فالارتفاع المستمر في نسبة العوانس من شأنه أن يعصف ببنية وتماسك المجتمع، ذلك لأن الآثار المترتبة عنه لا تمس المرأة فحسب بل الأسرة والمجتمع بصفة عامة، وقد جاءت هذه الدراسة للبحث في انعكاسات هذه الظاهرة على الفتاة، وبالرغم من أن مشكلة الآثار المترتبة على العنوسة يمكن تناولها من جانبين، جانب الفتاة العانس وجانب المحيطين بها، إلا أن البحث الحالي انصب على الجانب الأول ألا وهو انعكاسات العنوسة على الفتاة وبالتحديد على جانبها النفسي وذلك نظرا للنقص الكبير في الدراسات النفسية التي تناولت موضوع العنوسة.

لقد كان الهدف من بحثنا هذا هو التعرف على درجة قلق المستقبل ومستوى التوافق النفسي لدى الفتاة العانس تبعا لمتغيرات السن والوضعية المهنية والمستوى التعليمي.

و لتحقيق أهداف البحث و الإجابة على تساؤلاته تم اختيار عينة مكونة من 103 فتاة تراوحت أعمارهن من 30 سنة فما فوق من مستويات عمرية و تعليمية مختلفة، و قد طبق عليهن استبيان البيانات الشخصية من إعداد الباحثة و كذا مقياس التوافق النفسي ومقياس قلق المستقبل من إعداد زينب شقير، و بعد جمع المعطيات و إجراء المعالجات الإحصائية توصلت الباحثة إلى النتائج التالية:

- عدم وجود فروق بين المتوسط الحسابي لأفراد العينة و المتوسط الفرضي للمقياس مما يشير إلى أن مستوى قلق المستقبل لدى أفراد العينة متوسط و ليس مرتفعا.
- توجد فروق دالة إحصائيا بين متوسطات درجات الفتيات العوانس على مقياس قلق المستقبل وفقا لمتغير السن.
- لا توجد فروق دالة إحصائيا بين متوسطات درجات الفتيات العوانس على مقياس قلق المستقبل وفقا لمتغير الوضعية المهنية.
- توجد فروق دالة إحصائيا بين متوسطات درجات الفتيات العوانس على مقياس قلق المستقبل وفقا لمتغير المستوى التعليمي.

- أن متوسط التوافق النفسي لدى أفراد العينة كان أعلى من المتوسط الفرضي للمقياس، و القيمة التائية المحسوبة كانت أعلى من المجدولة مما يدل على ارتفاع مستوى التوافق لدى أفراد العينة.
- توجد فروق دالة إحصائيا بين متوسطات درجات الفتيات العوانس على مقياس التوافق النفسي وفقا لمتغير السن.
- لا توجد فروق دالة إحصائيا بين متوسطات درجات الفتيات العوانس على مقياس التوافق النفسي وفقا لمتغير الوضعية المهنية.
- توجد فروق دالة إحصائيا بين متوسطات درجات الفتيات العوانس على مقياس التوافق النفسي وفقا لمتغير المستوى التعليمي.
- هناك ارتباط سالب و دال بين درجة قلق المستقبل و مستوى التوافق النفسي لدى الفتاة العانس.

من العرض السابق لنتائج البحث يتضح لنا أن العينة تعاني من مستوى متوسط من قلق المستقبل، غير أن هذا الأخير لم يؤثر على توافقها النفسي إذ تتمتع بمستوى عال من التوافق النفسي، وأن كل من قلق المستقبل والتوافق النفسي لا يتأثران بمتغير الوضعية المهنية ، في حين يتأثران بمتغيري السن والمستوى التعليمي.

وفي الأخير وجبت الإشارة إلى بعض الصعوبات التي واجهت البحث، ولعل من أهمها نقص المراجع المتناولة لظاهرة العنوسة وكذا الدراسات المتخصصة لاسيما النفسية منها، وبالتالي كانت مناقشة النتائج من خلال محاولة فردية بناء على الموروث النظري، كما واجهنا صعوبة الحصول على العينة خاصة التي تجاوز سنها الأربعين سنة نظرا لحساسية الموضوع حيث رفضت العديد من الفتيات التعاون معنا بحجة أن الأسئلة شخصية للغاية.

قائمة المراجع

قائمة المراجع:

أولا: المراجع باللغة العربية:

القرآن الكريم

السنة النبوية

1 – ابراهيم، ابراهيم اسماعيل (2006): فاعلية الإرشاد العقلاني الانفعالي في خفض قلق المستقبل لدى طلاب التعليم الفني، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة أسيوط.

2 – ابن منظور، محمد بن مكرم (1998): قاموس لسان العرب، دار المعارف، القاهرة.

3 – أبو إسحاق، سامي عوض و البنا، أنور حمودة (2007): التوافق لدى مريضات سرطان الثدي بمحافظات غزة و علاقته بمستوى الالتزام الديني و متغيرات أخرى، مجلة الجامعة الإسلامية (سلسلة الدراسات النفسية)، المجلد الخامس عشر، العدد الأول، يناير.

4 – أبو أسعد، أحمد عبد اللطيف (2010): الفرق في الشعور بالوحدة النفسية و التوجه الحياتي بين المتزوجين و العازبين و الأرامل من مستويات اقتصادية مختلفة، مجلة جامعة دمشق، المجلد 26، العدد الثالث.

5 – أبو حطب، فؤاد و فهمي، محمد سيف الدين (1984): معجم علم النفس و التربية، الجزء الأول، الهيئة العامة لشؤون المطابع الأميرية.

6 – أبو دلو، جمال (2009): الصحة النفسية، الطبعة الأولى، دار أسامة للنشر والتوزيع، عمان.

7 – أبو عزب، نائل إبراهيم (2008): فاعلية برنامج إرشادي مقترح لخفض قلق الاختبار لدى طلاب المرحلة الثانوية بمحافظات غزة، رسالة ماجستير غير منشورة، الجامعة الإسلامية بغزة.

8 – أحمد، سهير كامل (1999): الصحة النفسية و التوافق، الطبعة الأولى، مركز الإسكندرية للكتاب، الإسكندرية.

9 – الأسود، فايز علي (2003): دراسة العلاقة بين القلق و مفهوم الذات و مستوى الطموح لدى الطلبة الجامعيين في دولة فلسطين، رسالة دكتوراه غير منشورة، كلية التربية، جامعة عين شمس.

10 – أغبال، حورية (2007): واقع العنوسة في المجتمع الجزائري الأسباب و الحلول دراسة مقارنة لولاية تيبازة، رسالة ماجستير غير منشورة في علم الاجتماع الثقافي، جامعة الجزائر.

11 – الأقصري يوسف (2002): كيف نتخلص من الخوف والقلق من المستقبل، دار اللطائف للنشر والتوزيع.

12 – الأنصري، عبد الحميد إسماعيل (2000): تأخر سن الزواج و ارتفاع معدل الطلاق، الطبعة الأولى، دار الفكر العربي.

13 – بدر، إبراهيم محمود إبراهيم (2003): مستوى التوجه نحو المستقبل و علاقته ببعض الاضطرابات لدى الشباب الجامعي، دراسة مقارنة بين عينات مصرية و سعودية، المجلة المصرية للدراسات النفسية، الجمعية المصرية للدراسات النفسية، المجلد 13، العدد 40، جويليه 2003.

14 – بركات، آسيا (2008): التوافق النفسي لدى الفتاة الجامعية و علاقته بالحالة الاجتماعية والمستوى الاقتصادي و المعدل التراكمي، رسالة دكتوراه غير منشورة، كلية التربية، جامعة أم القرى.

15 – بلحاج، فروجة (2011): التوافق النفسي و الاجتماعي و علاقته بالدافعية للتعلم لدى المراهق المتمدرس في التعليم الثانوي، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة مولود معمري، تيزي وزو.

16 – بلكيلاني، ابراهيم بن محمد (2008): تقدير الذات وعلاقته بقلق المستقبل لدى الجالية العربية المقيمة بمدينة أوسلو في النرويج، رسالة ماجستير غير منشورة، الأكاديمية العربية المفتوحة في الدانمارك.

17 – بلميهوب، كلثوم (2006): الاستقرار الزواجي، الطبعة الأولى، منشورات الحبر، الجزائر.

18 – البلوي، أمل محمد (2006): الاكتئاب و مفهوم الذات لدى المعلمات المتأخرات في الزواج، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية، جامعة الملك سعود، الرياض.

19 – بن عيسى، أمال (2008): التغير الاجتماعي و علاقته بظاهرة العنوسة، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة البليدة.

20 – البنا، محمود عبد اللطيف (بدون سنة): العنوسة و الغلاء دراسة في الأحكام الشرعية و القيم الأخلاقية، جامعة الملك سعود.

21 – بوروبي، شمس الدين (1998): تأنيس العوانس، دلائل الخيرات للصوتيات والمرئيات، الطبعة الأولى، الجزائر.

22 – بيك،آرون (2000): العلاج المعرفي والاضطرابات الانفعالية، ترجمة عادل مصطفي، دار الآفاق العربية، القاهرة.

23 – جاب الله، يمينة (2007): معنى الحياة و علاقته بالاحتراق النفسي لدى المرأة العاملة العانس، رسالة ماجستير غير منشورة في علم النفس المرضي الاجتماعي، جامعة محمد خيضر بسكرة.

24 – جاد محمود، عبد الله (2006): التوافق الزواجي في علاقته ببعض عوامل الشخصية والذكاء الانفعالي، مجلة كلية التربية ، جامعة المنصورة، العدد 60، يناير 2006.

25 – الجريسي، خالد (2000): كيف تزوج عانسا، الطبعة الأولى، مكتبة الملك فهد الوطنية، الرياض.

26 – الجماعي، صلاح الدين أحمد (2008): الاغتراب النفسي و الاجتماعي و علاقته بالتوافق النفسي و الاجتماعي، مكتبة مدبولي، القاهرة.

27 – الجنابي، رنا فاضل و صبيح، باحث زهراء (2004): قلق المستقبل لدى المرأة العراقية في ظل العراق الجديد، مجلة كلية التربية و علم النفس للبنات، جامعة بغداد.

28 – الجواهري (بدون سنة): الصحاح في اللغة، الطبعة الأولى، دار إحياء التراث العربي، بيروت.

29 – حدقي، عبد المتجلي محمد رجاء (2004): التكيف السليم سمة الشخصية السوية المتكاملة، دار الخفجي، اسطنبول.

30– حسانين، أحمد محمد (2000): قلق المستقبل و قلق الامتحان فى علاقتهما ببعض المتغيرات النفسية لدى عينة من طلاب الصف الثاني ثانوي، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة المينا.

31 – حسن، منة الله محمد و عبد الله، عمرو السيد و محمد، مصطفى أحمد (2009): حل مشكلة العنوسة بين الشباب، بحث مقدم لمسابقة البحوث العلمية لطلاب و أساتذة الجامعة، جامعة القاهرة.

32 – حسين،حسن و عبد الكريم ،جمال و مظهر، علي (2008): الصحة النفسية، الطبعة الأولى، وزارة التربية، إدارة تطوير المناهج، القاهرة.

33 – الحسيني، محمد بن محمد بن عبد الرزاق الملقب بمرتضى الزبيدي (بدون سنة): تاج العروس من جواهر القاموس، الطبعة الأولى، دار إحياء التراث العربي، بيروت.

34 – حشمت، حسين أحمد و الباهي، مصطفى حسين (2007): التوافق النفسي و التوازن الوظيفي، الدار العالمية للنشر و التوزيع، مصر

35 – حمادة، وليد عبد الكريم (2004): الإرشاد المدرسي مع أمثلة تطبيقية، وزارة التربية، سوريا.

36 – الخالدي، عطا الله فؤاد و العلي، دلال سعد الدين (2009): الصحة النفسية وعلاقتها بالتكيف النفسي، دار الصفاء، عمان.

37 – الخياط، محمد هيثم (2007): المرأة المسلمة و قضايا العصر، سفير الدولية، القاهرة.

38 – دافيدوف، ليندا (2000): الشخصية – الدافعية – الانفعالات، ترجمة السيد الطواب ومحمود عمر، الدار الدولية للاستثمارات الثقافية، مصر.

39 – الداهري، صالح حسين (2005): مبادئ الصحة النفسية، الطبعة الأولى، دار وائل للنشر.

40 – داينز، روبين (2006): إدارة القلق، ترجمة دار الفاروق، القاهرة.

41 – الدسوقي، كمال (1974): علم النفس و دراسة التوافق، دار النهضة العربية للنشر، لبنان.

42 – دياب، عاشور محمد (2001): فعالية الإرشاد النفسي الديني في تخفيف قلق المستقبل لدى عينة من طلاب الجامعة، مجلة التربية وعلم النفس، المجلة الخامس عشر، العدد 11، جامعة المينا.

43 – راجح، أحمد عزت (1983): أصول علم النفس، الطبعة التاسعة، المكتب المصري الحديث، القاهرة.

44 – الرافعي، منصور عبيد (2000): العنوسة رؤية إسلامية اجتماعية لحل مشكلة الفتاة العانس، الطبعة الأولى، دار الفكر العربي، القاهرة.

45 – ررواتي، رشيد (2007): مناهج و أدوات البحث العلمي في العلوم الاجتماعية، الطبعة الأولى، دار الهدى للطباعة و النشر و التوزيع، عين مليلة، الجزائر.

46 – الرفاعي، صباح قاسم سعيد و رسلان، شاهين عبد الستار (2007): الضغوط النفسية لدى الفتيات المتأخرات زواجيا في البيئة السعودية و البيئة المصرية، دراسة مقارنة، جامعة الملك سعود، الرياض.

47 – الرفاعي، نعيم (1981): الصحة النفسية دراسة في سيكولوجية التكيف، الطبعة الخامسة، مكتبة الجامعة، دمشق.

48 – الزمزمي، فاطمة محمد (2011): العنوسة مظاهرها أسبابها علاجها، دراسة تحليلية، جامعة الإمام البيجاني، اليمن.

49 – زهران، حامد عبد السلام (1977): الصحة النفسية و العلاج النفسي، الطبعة الثانية، عالم الكتب، القاهرة.

50 – زهران، حامد عبد السلام (1997): الصحة النفسية و العلاج النفسي، الطبعة الثالثة، عالم الكتب، القاهرة.

51 – زيدان، السيد عبد القادر (1987): دراسة مقارنة للعلاقة بين نوع الدراسة الجامعية والتوافق النفسي في جامعتي الملك سعود و الإمام محمد بن مسعود الإسلامية في المملكة العربية السعودية، مركز البحوث، جامعة الملك سعود، الرياض.

52 – الساعاتي، سامية حسن (1981): الاختيار للزواج و التغير الاجتماعي، النهضة العربية للطباعة و النشر، بيروت.

53 – السباعي، زهير أحمد، عبد الرحيم شيخ إدريس (1996): القلق وكيف نتخلص منه، دار القلم، بيروت.

54 – سعود، ناهد شريف (2005): قلق المستقبل وعلاقته بسمتي التفاؤل والتشاؤم، رسالة دكتورة غير منشورة، جامعة دمشق، سوريا

55 – سلامة، ممدوحة محمد (1987): مخاوف الأطفال و إدراكهم للقبول و الرفض الوالدي، مجلة علم النفس، الهيئة المصرية العامة للكتاب، العدد الثاني، القاهرة.

56 – سليمان، ربى علي (2008): اضطراب نقص الانتباه المصاحب للنشاط الزائد وعلاقته ببعض المتغيرات النفسية و الأسرية، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية، جامعة دمشق.

57 – سليمان، سناء محمد (2005): التوافق الزواجي و استقرار الأسرة من منظور إسلامي – نفسي – اجتماعي، الطبعة الأولى، عالم الكتب، القاهرة.

58 – السناد، جلال (2007): تأخر سن الزواج لدى الشباب الجامعي دراسة ميدانية على عينة من طلبة جامعة دمشق، مجلة جامعة دمشق، المجلد 23، العدد الأول.

59 – السيد عبد الدايم، عبد السلام (1995): منظور زمن المستقبل كمفهوم دافعي معرفي وعلاقته بكل من الجنس و التخصص و التحصيل الدراسي لدى طلبة كلية التربية جامعة الزقازيق، مجلة دراسات نفسية، المجلد الخامس، العدد الرابع.

60 – السيد عثمان، فاروق (2001): القلق وادارة الضغوط النفسية، الطبعة الأولى، دار الفكر العربي، القاهرة، مصر.

61 – شاذلي، عبد الحميد محمد (2001): التوافق النفسي للمسنين، المكتبة الجامعية، الاسكندرية.

62 – شاذلي، عبد الحميد محمد (2001): الواجبات المدرسية و التوافق النفسي، المكتبة الجامعية، الإسكندرية.

63 – الشربيني، لطفي (2002): معجم مصطلحات الطب النفسي، مركز تعريب العلوم الصحية، مؤسسة الكويت للتقدم العلمي.

64 – شقير، زينب محمود (2003): مقياس التوافق النفسي لمتحدي الإعاقة: كراسة التعليمات، الطبعة الأولى، مكتبة النهضة المصرية، القاهرة.

65 – شقير، زينب محمود (2005): مقياس قلق المستقبل، ط1، مكتبة النهضة المصرية، القاهرة.

66 – شيفر،شارلز، ميلمان هوارد (1989): مشكلات الأطفال والمراهقين وأساليب المساعدة فيها، ترجمة داود نسيمة وآخرون، منشورات الجامعة الأردنية، عمان.

67 – الصاغاني (بدون سنة): العباب الزاخر، الطبعة الأولى، دار إحياء التراث العربي، بيروت.
68 – صبري، إيمان محمد انور ابراهيم (2006): بعض المعتقدات الخرافية لدى المراهقين وعلاقتها بقلق المستقبل والدافعية للإنجاز، المجلة المصرية للدراسات النفسية، المجلد الثالث عشر، العدد 38.
69 – الصويط، فواز محمد (2008): الاختيار المهني و علاقته بالتوافق النفسي لدى ضباط قاعدة الملك فهد، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية، جامعة أم القرى.
70 – الطاهرة محمود (2004): التدين في العلاقات الزوجية و التوافق الزواجي: دراسات نفسية، دورية علمية سيكولوجية ربع سنوية، المجلد الرابع عشر، العدد الرابع، أكتوبر 2004.
71 – طلعت، منصور (1982): دراسات في الشخصية، عالم الفكر، المجلد السادس، العدد 2، الكويت.
72 – طه، فرج عبد القادر و آخرون (1993): موسوعة علم النفس و التحليل النفسي، دار سعاد الصباح، الكويت.
73 – الطواب، سيد محمود (1984): السلوك التوافقي و علاقته بنجاح طلاب دور المعلمين، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية، جامعة عين شمس.
74 – الطيب، محمد عبد الظاهر (1994): مبادئ الصحة النفسية، دار المعرفة الجامعية، القاهرة.
75 – عاقل، فاخر (2003): معجم العلوم النفسية انجليزي – عربي مع مسرد عربي – انجليزي، الطبعة الأولى، دار شعاع للنشر و العلوم.
76 – عبد الحميد، إبراهيم شوقي (2002): مشكلات طلبة جامعة الإمارات العربية المتحدة: مشكلات المستقبل الزواجي و الأكاديمي، مجلة العلوم النفسية و الاجتماعية، مجلد 18، العدد الأول، جامعة الإمارات العربية المتحدة.
77 – عبد الحميد، محمد نبيل (بدون سنة): العلاقة الأسرية للمسنين و توافقهم النفسي، الدار الفنية للطباعة و النشر،الاسكندرية.

78 – عبد الخالق، أحمد محمد (1987): قلق الموت، الطبعة الأولى، عالم المعرفة، الكويت.

79 – عبد الخالق، أحمد محمد (1993): أصول الصحة النفسية، الطبعة الثانية، دار المعرفة الجامعية، الإسكندرية.

80 – عبد الستار، إبراهيم (1994): العلاج النفسي السلوكي المعرفي الحديث، الطبعة الأولى، دار الفجر للنشر والتوزيع، القاهرة.

81 – عبد العزيز، محمد (2000): مهلا يا دعاة العنوسة، الطبعة الأولى، دلائل الخيرات للصوتيات و المرئيات، الجزائر.

82 – عبد الله، عبد المنعم (2005): العنوسة أسبابها و آثارها و علاجها، الطبعة الأولى، دار الأفاق العربية، القاهرة.

83 – عبد المعطي، حسن مصطفى و حسين راوية محمود (1993): التوافق الزواجي وعلاقته بتقدير الذات و القلق و الاكتئاب، مجلة علم النفس، العدد 28، السنة السابعة، الهيئة المصرية العامة للكتاب.

84 – العبيد، عبد الرحمن الأحمد (2003): مبادئ التنبؤ الإداري، جامعة الملك سعود للنشر والتوزيع، المملكة العربية السعودية.

85 – عبيدات، محمد و أبو الناصر، محمد و مبيضين، عقيلة (1999): منهجية البحث العلمي القواعد و المراحل و التطبيقات، الطبعة الثانية، دار وائل للطباعة و النشر.

86 – العجمي، نجلاء محمد (2004): بناء أداة لقياس قلق المستقبل لدى طلاب وطالبات جامعة الملك سعود، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة الملك سعود.

87 – العزة، سعيد حسني (2004): تمريض الصحة النفسية، الطبعة الأولى، دار الثقافة للنشر والتوزيع، عمان.

88 – عسكر، عبد الله (1998): الاكتئاب النفسي بين النظرية و التشخيص، الطبعة الأولى، مكتبة الأنجلو المصرية، القاهرة.

89 – عسيري عبير بنت محمد حسن (2003): علاقة تشكل هوية الأنا بكل من مفهوم الذات والتوافق النفسي و الاجتماعي و العام لدى عينة من طالبات المرحلة الثانوية بمدينة الطائف، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية، جامعة أم القرى، السعودية.

90 – عشري، محمود محي الدين (2004): قلق المستقبل وعلاقته ببعض المتغيرات الثقافية، دراسة غير حضارية مقارنة بين طلاب بعض كليات التربية بمصر وسلطنة عمان، المؤتمر السنوي الحادي عشر للإرشاد النفسي بجامعة عين شمس، المجلد الأول.

91 – العفيفي، عبد الحليم (1998): المرأة و الحب و الزواج، الطبعة الأولى، أوراق شرقية للطباعة و النشر، بيروت.

92 – عكاشة، أحمد (1998): الطب النفسي المعاصر، مكتبة الأنجلو المصرية، القاهرة.

93 – العكايشي، بشرى أحمد جاسم (2003): التوافق في البيئة الجامعية و علاقتها بقلق المستقبل، رسالة دكتوراه غير منشورة، كلية التربية، جامعة المستنصرية.

94 – العكايشي، بشرى أحمد جاسم (2004): الصحة النفسية و علاقتها بالذكاء الانفعالي لدى الشابات الجامعيات في كلية التربية للبنات، كلية التربية و علم النفس للبنات، جامعة بغداد.

95 – العناني، حنان عبد الحميد(2000): الصحة النفسية، دار الفكر للطباعة و النشر، الأردن.

96 – عودة، سلامة محمد محمد (2001): صورة السلطة و علاقتها بالتوافق النفسي لدى العاملين بالدولة، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة عين شمس.

97 – عوض، عباس محمود (2006): دراسات في علم النفس الصناعي و المهني، دار المعرفة الجامعية، الإسكندرية.

98 – غرابة، إيهاب محمد حسن (2003): فاعلية علاج عقلاني انفعالي في خفض درجة القلق لدى عينة من المراهقين، رسالة دكتوراه غير منشورة، جامعة عين شمس، القاهرة.–

99 – فراج، محمد أنور ابراهيم (2006): قلق المستقبل وعلاقته ببعض المتغيرات لدى عينة من طلاب كلية التربية جامعة الإسكندرية، دراسة وصفية – تنبؤية، جامعة الإسكندرية، مصر.

100 – فرج، عبد القادر (1990): معجم علم النفس و التحليل النفسي، دار النهضة العربية، بيروت.

101 – فهمي، مصطفى (1978): التكيف النفسي، دار مصر للطباعة، القاهرة.

102 – فهمي، مصطفى (1979): التوافق الشخصي و الاجتماعي، مكتبة الخزناجي للنشر، القاهرة.

103 – فهمي، مصطفى (1998): الصحة النفسية دراسات في سيكولوجية التكيف، الطبعة الخامسة، مكتبة الخزناجي، القاهرة.

104 – القاضي، وفاء محمد احميدان (2009): قلق المستقبل وعلاقته بصورة الجسم ومفهوم الذات لدى حالات البتر بعد الحرب على غزة، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية، الجامعة الإسلامية بغزة.

105 – قاطرجي، نهى عدنان (بدون سنة): العنوسة معاناة إنسانية تهدد البناء الاجتماعي، دراسة تحليلية، مجلة جامعة دمشق، العدد 56.

106 – القذافي، رمضان محمد (1998): الصحة النفسية و التوافق، الطبعة الثالثة، المكتب الجامعي الحديث، القاهرة.

107 – القريطي، عبد المطلب (1998): في الصحة النفسية، دار الفكر العربي، القاهرة.

108 – كرميان، صلاح، حميد حسين (2008): سمات الشخصية وعلاقتها بقلق المستقبل لدى العاملين بصورة مؤقتة من الجالية العراقية في أستراليا، رسالة دكتوراه غير منشورة، الأكاديمية العربية المفتوحة في الدانمارك.

109 – الكعبي، موزة عبيد (1997): ممارسة برنامج مع حالات القلق النفسي، الطبعة الأولى، مكتبة فهد الوطنية، الرياض.

110 – كفافي، علاء الدين (1990): الصحة النفسية، مكتبة هجر للطباعة و النشر، القاهرة.

111 – مجدي عبد القادر و آخرون (2006): أوضاع و اتجاهات الشباب في مصر، المركز الديموغرافي، القاهرة.

112 – مرسي، محمد (2001): لإنقاذ أربعة ملايين فتاة، مجلة نصف الدنيا: مجلة نسائية اجتماعية أسبوعية، مؤسسة الأهرام، العدد 607، القاهرة.

113 – مسعود، سناء منير (2006): بعض المتغيرات، المتعلقة بقلق المستقبل لدى عينة من المراهقين، رسالة دكتوراه غير منشورة، جامعة طنطا.

114 – المشيخي، غالب بن محمد علي (2009): قلق المستقبل و علاقته بكل من فاعلية الذات ومستوى الطموح لدى عينة من طلاب جامعة الطائف، رسالة دكتوراه غير منشورة، كلية التربية، جامعة أم القرى.

115 – مصطفى، يامن سهيل (2010): العنف الأسري و علاقته بالتوافق النفسي لدى المراهقين، رسالة ماجستير غير منشورة، تخصص صحة نفسية، جامعة دمشق.

116 – معوض، محمد عبد التراب (1996): أثر كل من العلاج المعرفي والعلاج النفسي الديني في تخفيف قلق المستقبل لدى عينة من طلبة الجامعة، رسالة دكتوراه غير منشورة، كلية التربية، جامعة طنطا.

117 – المليجي، حلمي عبد المنعم (1984): النمو النفسي، الطبعة السادسة، دار المعرفة الجامعية، الاسكندرية.

118 – منصور، طلعت (1981): أسس علم النفس، مكتبة الأنجلو المصرية، القاهرة.

119 – النابلسي، حياة (2009): المساندة الاجتماعية و علاقتها بالضغط النفسي والتوافق مع الحياة الجامعية، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية، جامعة دمشق.

120 – نجاتي، محمد عثمان (بدون سنة): كراسة تعليمة اختبار (هيو.م.بل) للتوافق، مكتبة الأنجلو المصرية، القاهرة.

121 – نواب الدين، عبد الرب (1994): تأخر سن الزواج و أسبابه و أخطاره و طرق علاجه في ضوء القرآن العظيم و السنة النبوية المطهرة، الطبعة الأولى، دار العاصمة للنشر والتوزيع، الرياض.

122 – يوسف، جمعة سيد (2001): النظريات الحديثة في تفسير الأمراض النفسية، الطبعة الأولى، دار غريب للطباعة، القاهرة.

ثانيا: المواقع الالكترونية:

123 – خالد بن سعود البليهد، الموقع الالكتروني: Bin bulihed @gmail.com

124 – شيماء جمال، الموقع الالكتروني: H/ news.asp.Hem

125 – مختار الكسباني، الموقع الالكتروني: www.al.Imam.com

126 – منذر البدران: العنوسة أسباب و ملابسات، الموقع الالكتروني إسلام أون لاين. نت 12 – 05 – 2001.

127 – الموقع الالكتروني: Arafa Mouhamed et al :Islam online.net

128 الموقع الالكتروني: hH :www .islamonline.net/Arabic/news /2011. 04.19/article 15

129 – الموقع الالكتروني: http:// vb.b7b7.com / t 1807.html

130 – الموقع الالكتروني: Ihab sultan2002.www.info@arabiyat.com

131 – الموقع الالكتروني: www.balagh.com Kradhaoui 1998

132 – الموقع الالكتروني: www.info@balagh.com

133 – الموقع الالكتروني: إسلام أون لاين.نت 12 – 06 – 2009.

134 – الموقع الالكتروني: مركز عفت الهندي للإرشاد الالكتروني 25 – 12 – 2005.

135 – موقع المتوسط أون لاين.

136 – همام عبد المعبود: الموقع الالكتروني إسلام أون لاين 12 – 05 – 2001

ثالثا: المراجع باللغة الأجنبية

137 - Amar . N, le Guen. A ,Oppenhemer. A, (1997) : angoisse pluralite d'approches, paris, P .U.F.

138 - Association Américaine de psychiatrie (2000) : Manuel diagnostique et statistique des troubles mentaux, traduction française :Guelfi. J.D (2003), 4 eme edition , texte révisé, Masson, Paris.

139 - Bailly.D, (2001) : aspect biologique du stress et de l'adaptation vers une nouvelle approche de l'anxiété, In Graziani. P, Hauteckete. M,Rusinek.S, Servant. D, stress anxiété et trouble de l'adaptation, Masson, Paris.

140 - Dantchev. N, Hardy-Bayle. Mc, Hardy.P, (1994): Anxiété, encyclopédie de médecine, Elsevier, Paris.

141 - Dumas Jean, (2005) : L'enfant anxieux : comprendre la peur de la peur et redonner courage,1 er edition, édition de Boeck université, Bruxelle, Belgique.

142 - Eidelberg. L, (1968): encyclopedia of psycho-analysis, U.S.A, the seaburg press.

143 - Ferreri.M, Morand.P,Nuss.Ph, (1999): Troubles anxieux, ellipses,Paris.

144 - Freud.S, (1968) : Inhibition, symptôme et angoisse,2eme edition, Paris, P.U.F.

145 - Guy Besançon, (1993) : manuel de psychologie anxiété, dépression et psychopathologie du corps, Dumas, paris.

146 - Hass. K, (1970): understanding adjustment and behavior,New Jersey, Englewood cliffs, Prentic hall, INC.

147 - Henriette Bloch et al,(2005) :Larousse : grand dictionnaire de psychologie, Paris.

148 - Hilgard.E, (1971) : introduction to psycholody, 5 thed, New York, harth court brace Jovanoviche.

149 - Mowrer.O, (1960): Learning theory and behrior,new York, Wile.

150 - Passerieux. C, (1998) : syndrome anxieux, encyclopédie pratique de médecine, Elsevier, Paris.

151 - Pelissolo. A, (2002) : diagnostique et évaluation de l'anxiété généralisée, Masson Paris.

152 - Pichot.P,(1987) : l'anxiété, Masson, Paris.

153 - Rank. O, (1968) : le traumatisme de la naissance, paris, Rayot.

154 - Rappaport.H, (1991) : Measuring defensiveness against future anxiety telepression, current psychology research and review, vol 5

155 - Servant Dominique, (2005):gestion du stress et de l'anxiété, Masson, Paris.

156 - Servant.D, Parquet.PH-J,(1995) : Stress, Anxiété et pathologies médicales, Masson, Paris.

157 - Watson.J.B, Rayner. R, (1920): conditioned emotional reactions, J.Exp Psychol.

158 - Wolmen.B, (1989): dictionary of behavioral science, New York.

159 - Wolp.J,(1958):psychotherapy by reciprocal inhibition, California, Stanford university press.

170 - Zaleski zbegin (1993) :Attitude face à l'avenir espoir et anxiété, traduit par Maryse begin, revue quebequoise de psychologie, vol 14,n°1.

171 - Zaleski zbegin, (1994) : Personal future in hop and anxiety respective psychology of future orientation, scientific society, university of Lublin, Poland.

172 - Zaleski zbegin, (1996): Future anxiety:concept measurement and preliminary research. Person individual difference. Vol 21.

قائمة الملاحق

Corrélations

Statistiques descriptives

	Moyenne	Ecart-type	N
anxi	44,5922	20,43183	103
ajust	106,5534	20,88377	103

Corrélations

		anxi	ajust
anxi	Corrélation de Pearson	1	-,651**
	Sig. (bilatérale)		,000
	Somme des carrés et produits croisés	42580,874	-28321,757
	Covariance	417,460	-277,664
	N	103	103

**. La corrélation est significative au niveau 0.01 (bilatéral).

```
ONEWAY anxi2 BY niveauscolaire
  /STATISTICS DESCRIPTIVES
  /MISSING ANALYSIS.
```

A 1 facteur

Descriptives

	N	Moyenne	Ecart-type	Erreur standard	Intervalle de confiance à 95% pour la moyenne		Minimum	
					Borne inférieure	Borne supérieure		
1,00	16	50,2500	13,04607	3,26152	43,2982	57,2018	24,00	6
2,00	16	49,1875	23,38438	5,84609	36,7268	61,6482	8,00	1
3,00	19	50,4737	19,86725	4,55786	40,8980	60,0494	19,00	8
4,00	29	49,2069	18,83079	3,49679	42,0440	56,3697	16,00	9
5,00	23	26,7826	15,62619	3,25829	20,0253	33,5399	4,00	6
Total	103	44,5922	20,43183	2,01321	40,5990	48,5854	4,00	1

ANOVA

anxi2

	Somme des carrés	ddl	Moyenne des carrés	F	Signification
Inter-groupes	9420,028	4	2355,007	6,960	,000
Intra-groupes	33160,846	98	338,376		
Total	42580,874	102			

```
T-TEST GROUPS=etatprof(1 2)
  /MISSING=ANALYSIS
  /VARIABLES=ajust1
  /CRITERIA=CI(.95).
```

Test-t

```
[Ensemble_de_données0]
```

Statistiques de groupe

	etatprof	N	Moyenne	Ecart-type	Erreur standard moyenne
ajust1	1,00	47	108,9574	20,63762	3,01031
	2,00	56	104,5357	21,06006	2,81427

Test d'échantillons indépendants

		Test de Levene sur l'égalité des variances		Test-t pour ég			
		F	Sig.	t	ddl	Sig. (bilatérale)	Différen moyen
ajust1	Hypothèse de variances égales	,027	,869	1,071	101	,287	4,42173
	Hypothèse de variances inégales			1,073	98,571	,286	4,42173

```
ONEWAY anxi2 ajust2 BY age
  /STATISTICS DESCRIPTIVES
```

A 1 facteur

[Ensemble_de_données0]

Descriptives

		N	Moyenne	Ecart-type	Erreur standard	Intervalle de confiance à 95% pour la moyenne		
						Borne inférieure	Borne supérieure	M
anxi2	1,00	50	50,5800	18,63625	2,63556	45,2836	55,8764	8,00
	2,00	29	49,1034	18,98184	3,52484	41,8831	56,3238	16,0
	3,00	24	26,6667	15,29327	3,12173	20,2089	33,1244	4,00
	Total	103	44,5922	20,43183	2,01321	40,5990	48,5854	4,00
ajust2	1,00	50	111,8600	20,36404	2,87991	106,0726	117,6474	42,0
	2,00	29	104,9310	21,57368	4,00613	96,7248	113,1372	62,0
	3,00	24	97,4583	18,25419	3,72612	89,7503	105,1664	65,0
	Total	103	106,5534	20,88377	2,05774	102,4719	110,6349	42,0

ANOVA

		Somme des carrés	ddl	Moyenne des carrés	F	Signification
anxi2	Inter-groupes	10094,671	2	5047,335	15,537	,000
	Intra-groupes	32486,203	100	324,862		
	Total	42580,874	102			
ajust2	Inter-groupes	3469,616	2	1734,808	4,230	,017
	Intra-groupes	41015,840	100	410,158		
	Total	44485,456	102			

A 1 facteur

[Ensemble_de_données1] C:\Documents and Settings\Administrateur\Mes documents\donnees tizi.sav

Descriptives

	N	Moyenne	Ecart-type	Erreur standard	Intervalle de confiance à 95% pour la moyenne		Minimum	Maxim
					Borne inférieure	Borne supérieure		
1,00	16	96,3125	15,23469	3,80867	88,1945	104,4305	72,00	127,00
2,00	16	107,0625	21,63783	5,40946	95,5325	118,5925	71,00	129,00
3,00	19	102,3158	19,53075	4,48066	92,9023	111,7293	62,00	133,00
4,00	29	103,8966	21,15984	3,92928	95,8478	111,9453	42,00	135,00
5,00	23	120,1739	19,16828	3,99686	111,8849	128,4629	74,00	149,00
Total	103	106,5534	20,88377	2,05774	102,4719	110,6349	42,00	149,00

ANOVA

ajust3

	Somme des carrés	ddl	Moyenne des carrés	F	Signification
Inter-groupes	6494,982	4	1623,746	4,189	,004
Intra-groupes	37990,474	98	387,658		
Total	44485,456	102			